



TARTU RIIKLIK ÜLIKOOL

PEDAGOOGILISTE AINETE
TSÜKKEL KEHAKULTUURI-
TEADUSKONNAS

I

TARTU 1978

TARTU RIIKLIK ÜLIKOOL

Spordifüsioloogia kateeder

PEDAGOOGILISTE AINETE
TSÜKKEL KEHAKULTUURI-
TEADUSKONNAS

I

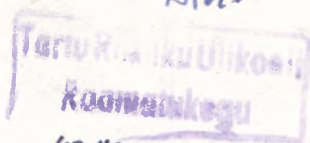
TARTU 1978

Koostanud: ped.kand. S. Oja
ped.kand. E. Mäepalu
ped.kand. H. Kurm
van.-õp. A. Oja

Kinnitatud kehakultuuriteaduskonna nõukogus 19. novembril 1976

KUSTUTATUD

Ath.



4749 4659

PEDAGOOGILISTE AINETE TSÜKKEL KEHAKULTUURI-
TEADUSKONNAS

Pedagoogiliste ainete tsükli kehakultuuriteaduskonna
õppeplaanis moodustavad

- 1) sissejuhatuse erialasse,
- 2) pedagoogika ja pedagoogika ajalugu,
- 3) üld- ja spordipsühholoogia,
- 4) spordiajalugu,
- 5) kehalise kasvatuse teooria ja metoodika,
- 6) sportliku treeningu alused,
- 7) kehakultuuri ja spordi organisatsioon, ökonoomika ja juhtimine,
- 8) pedagoogiline praktika koolis,
- 9) treeneripraktika spordikoolis ja treeneripraktika koondvõistkonna juures,
- 10) statistika alused,
- 11) spordiehitised,
- 12) erikursus: kasvatustöö metoodika spordikollektiivis,
- 13) spordiinstruktori praktika pioneerilaagris.

Kursuste vahel jagunevad need ained järgmiselt:

- I kursus - sissejuhatuse erialasse, pedagoogika ja pedagoogika ajalugu, üldpsühholoogia, spordiajalugu, statistika alused, spordiehitised;
- II kursus - kehalise kasvatuse teooria ja metoodika;
- III kursus - kehalise kasvatuse teooria ja metoodika, spordipsühholoogia, sportliku treeningu alused, pedagoogiline praktika koolis, spordiinstruktori praktika pioneerilaagris;
- IV kursus - kehakultuuri ja spordi organisatsioon, ökonoomika ja juhtimine, treeneripraktika spordikoolis ja koondvõistkonna juures.

SISSEJUHATUS ERIALASSE toimub I kursuse sügissemestril 3 tundi nädalas. Kokku on sellele ainele õppeplaanis ette nähtud 40 loengutundi.

Õppetöö PEDAGOOGIKAS JA PEDAGOOGIKA AJALOOS toimub I kursuse kevadsemestril 4 tundi nädalas. Kokku on sellele ainele ette nähtud 40 tundi loenguid ja 30 tundi seminare. Eksam toimub I kursuse kevadsemestril.

Õppetöö PSÜHHOLOOGIAS algab I kursuse sügissemestril üldpsühholoogia kursusega ja jätkub III kursuse sügissemestril spordipsühholoogia tundmaõppimisega. Üldpsühholoogia kursusele on eraldatud 1. semestril 2 tundi nädalas loenguks ja 1 tund praktikumiks, spordipsühholoogia kursusele aga 5. semestril nädalas 2 tundi loenguks ja 3 tundi praktikumiks. Kokku on psühholoogia kursuse läbivõtmiseks ette nähtud 56 loengutundi ja 54 tundi praktikume. Eksam toimub psühholoogia III kursuse sügissemestril ja arvestus I kursuse sügissemestril.

Õppetöö SPORDIAJALOOS toimub I kursuse sügissemestril. Kokku on ainele ette nähtud 50 tundi, sellest 26 loenguid ja 24 seminare. Spordiajaloo kursus lõpeb eksamiga I semestril.

STATISTIKA ALUSTEGA tutvuvad üliõpilased I kursuse kevadsemestril 20 loengutunni ja 20 praktikumitunni käigus. Statistika aluste kursus lõpeb arvestusega I kursuse 2. semestril.

SPORDIEHITISTELE on õppeplaanis ettenähtud 50 tundi (10 tundi loenguid ja 40 tundi praktikume). Õppetöö toimub II semestril suvelaagris ja kursus lõpeb arvestusega.

Õppetöö KEHALISE KASVATUSE TEOORIAS JA METOODIKAS algab II kursuse kevadsemestril ja jätkub III kursuse sügissemestril. Kokku on õppeplaanis antud kehalise kasvatuse teooriale ja metoodikale 80 tundi. 44 tundi on ette nähtud loenguteks ja 36 tundi seminarideks. Tunnid on semestritele jaotatud vastavalt: II kursusele 3 tundi ja III kursusel 2 tundi nädalas. Arvestus toimub II kursuse kevadsemestril ja eksam III kursuse sügissemestril.

SPORTLIKU TREENINGU ALUSTE kursusega tutvutakse III kursuse kevadsemestril s.o. pärast kehalise kasvatuse teooria

ja metoodika kursuse lõppemist. Õppeainele on ette nähtud 4 tundi nädalas. Kokku 30 tundi loenguid ja 30 tundi seminare. Kursus lõpeb 6. semestril eksamiga.

KEHAKULTUURI JA SPORDI ORGANISATSIOONI, ÕKONOOMIKA JA JUHTIMISE kursusega tutvumine toimub IV kursuse sügissemestril. Õppeainele on õppeplaanis antud 70 tundi, millest 40 tundi on loenguid, 20 praktikume ja 10 seminare. Kursus lõpeb 7. semestril arvestuse ja eksamiga.

Erikursus KASVATUSTÖÖ METOODIKA SPORDIKOLLEKTIIVIS toimub III kursuse sügissemestril 42 tunni ulatuses. Loenguid 28 ja seminare 14 tundi. Kursus lõpeb 5. semestril.

Sportipedagoogile vajalike pedagoogiliste oskuste ja vilumuste omandamiseks on õppeplaanis ette nähtud mitmesugused praktika vormid: 1) pedagoogiline praktika koolis 6 õppenädala jooksul, mis jaguneb kaheks etapiks. I etapp toimub 5. semestril ja kestab 4 õppenädalat (10.nov.-7.dets.). Teine etapp on kahe nädalane ja toimub 6. semestri algul (9.veebr.-22.veebr.). Pedagoogilise praktika I etapp lõpeb liht- ja II etapp diferentseeritud arvestusega; 2) spordiinstruktori praktika pioneerilaagris 6. semestril 4 nädala jooksul lõpeb arvestusega; 3) treeneripraktika spordikoolis 8. semestril 4 nädalat (9.veebr.-8.märts) ja treeneripraktika koondvõistkonna juures 3 nädalt (23.märts-18.aprill).

Kaugüliõpilastel iseloomustab õppetöö jaotust pedagoogiliste ainete tsükli valdkonnas tabel 1. Kaugüliõpilastele toimub pedagoogiline praktika koolis 8. semestril ja treeneripraktika 9. semestril. Kestuselt on mõlemad praktikad võrdsed, a 7 õppenädalat.

Eksamid ja arvestused tuleb äiendada järgmistel semestritel:

	eksam	kontrolltöö	arvestus
1. ÜLD- JA SPORDIPÕHHOLOGIA	4.	2. ja 4.	2.
2. PEDAGOGIKA JA PEDAGOGIKA AJALUGU	5.	4.	-
3. SPORDIAJALUGU	6.	-	-
4. KEHALISE KASVATUSE TEOORIA JA METOODIKA	7.	-	6.

5. SPORTLIKU TREENINGU ALUSED	8.	-	8.
6. KEHAKULTUURI JA SPORDI ORGANISATSIOON, ÕKONOOMIKA JA JUHTIMINE	10.	9. ja 10.	9.
7. STATISTIKA ALUSED	-	-	5.
8. SPORDIEHITISED	-	-	5.

Õppetööd teostavad:

sissejuhatuse erialasse, spordipsühholoogia, spordiajalugu, kehalise kasvatuse teooria ja metoodika, sportliku treeningu alused, kehakultuuri organisatsioon, ökonoomika ja juhtimine, statistika alused - spordifüsioloogia kateeder (V. Kingissepa t. 19, III korrus);

pedagoogika ja pedagoogika ajalugu, kasvatustöö metoodika spordikollektiivis - pedagoogika kateeder (Ülikooli t. 16, I korrus);

Üldpsühholoogia - loogika ja psühholoogia kateeder (Tiigi t. 78, III korrus).

Praktikaid juhendavad:

pedagoogiline praktika koolis - spordifüsioloogia kateeder (V. Kingissepa t. 19, III korrus);

spordiinstruktori praktika pioneerilaagris - pedagoogika (Ülikooli t. 16, I korrus) ja eriala kateedrid;

treeneripraktika spordikoolis ja treeneripraktika koondvõistkonna juures - eriala kateedrid: kergejõustiku kateeder (Staadioni t. 43), võimlemise kateeder (Mitsurini t. 2), suusaspordi ja sportmängude kateedrid (V. Kingissepa t. 19), veespordi kateeder (Gagarini t. 1).

Õppetöö põhivormideks on loengud, praktikumid ja seminarid. Loengud on ette nähtud põhimaterjali esitamiseks teoreetilise kursuse ulatuses. Loengutel pannakse pearõhk põhimõistetele ja raskemini omandatavatele probleemidele. Osa küsimusi, mille kohta on piisavalt kättesaadavat õppekirjandust, võib jääda loengutel käsitlemata. Need lõigud programmist tuleb üliõpilastel iseseisvalt omandada õppekirjan-

Tabel 1

Kursus	I		II		III		IV		V	
Õppesessioon	T	K	T	K	T	K	T	K	T	K
Õppeaine										
1. Sissejuhatus erialasse		10 L								
2. Pedagoogika ja pedagoogika ajalugu			6 L	6 L 4 P	10 L 5 P					
3. Üld- ja spordipsühholoogia	6 L	6 L 4 P		10 L 8 P						
4. Spordiajalugu						14 L				
5. Kehalise kasvatuseteooria ja metoodika						10 L	20 L			
6. Sportliku treeningu alused							20 L			
7. Kehakultuuri ja spordiorganisatsioon, ökonoomika ja juhtimine									10 L	6 L 4 P
8. Statistika alused					10 L 4 P					
9. Spordiehitised					10 L 6 P					

Märkused: T - talvine õppesessioon L - loengud
 K - kevadine õppesessioon P - praktikum

duse abil. Teoreetilise materjali omandamiseks on vajalik loengute tähelepanelik kuulamine ning iseseisev töö õppekirjandusega. Et loengute kuulamine, konspekteerimine, iseseisev töö kirjandusega oleks efektiivne, on soovitatav üliõpilastel tutvuda ja läbi töötada E. Koemetsa raamat "Kuidas õppida" (Tln., 1972).

Õppekirjandus jaguneb kohustuslikuks ja täiendavaks. Kohustuslik kirjandus koos loengumaterjaliga moodustab vajalike teadmiste miinimumi. Seda põhiteadmiste hulka on soovitatav täiendada ja süvendada täiendava kirjanduse läbitöötamise teel.

Põhiline õppekirjandus on venekeelne ning sageli loengutel esitatu ainsaks kättesaadavaks eestikeelseks materjaliks. Seetõttu on loengute konspekteerimine suure tähtsusega.

Praktikumides teostatavad laboratoorsed tööd on planeeritud selliselt, et need aitaksid kaasa programmi põhiküsimuste paremale mõistmisele ja arusaamisele. Üliõpilased sooritavad praktikumides iseseisvalt vaatlusi ja katseid, omandavad uuritavate nähtuste analüüsimise ja registreerimise meetodika. Mõõtmistulemused registreeritakse ja tehakse nende alusel järeldusi. Praktikumide täitmise edukus oleb suuresti üliõpilaste teoreetilistest teadmistest, mistõttu praktikumide eel õppejõud kontrollib üliõpilaste teadmisi ning tal on õigus teoreetiliselt mitteküllaldaselt ettevalmistatud üliõpilasi mitte lubada praktikumi.

Iga sooritatud praktikumi eest saab üliõpilane arvestuse. Praktikum loetakse arvestatuks siis, kui üliõpilane on viinud läbi vaatluse ja uuringud, on saadud andmed protokollinud, need sisuliselt analüüsinud ja vormistanud praktikumi vastavalt konkreetse aine nõuetele selleks ettenähtud kausta. Kõik semestri jooksul ettenähtud praktikumid peavad olema sooritatud ja arvestatud. Ilma selleta pole võimalik taotleda semestri arvestust ega pääseda eksamile.

Seminarides arutatakse iseseisvalt läbitöötatud programmmaterjali. Üliõpilastel on vajalik seminarides aktiivselt osaleda ning võtta sõna arutatavates küsimustes.

Teadmiste omandamise jooksev kontroll toimub kontrollitööde ja kollokviumide abil. Et pääseda arvestusele ja eksamile tuleb sooritada kõik kontrollitööd ja arvestused vähemalt rahuldavale hindele. Õppejõul on õigus üliõpilasi, kes sooritavad kontrollitööd ja kollokviumid hindele "väga hea", vabastada arvestusest.

Teadmiste süvendatud omandamisele aitab kaasa iseseisev teaduslik uurimistöö. Kursusetööde teostamisel on üliõpilastel õigus pöörduda kooskõlastatult eriala kateedritega pedagoogiliste distsipliinide õppejõudude poole abisaamiseks oma tööle psühholoogilise, pedagoogilise, ajaloolise, organisatsioonilise või kehalise kasvatuse teooria ja metoodika alase suuna saamiseks. Samuti on üliõpilastel õigus pöörduda õppejõudude poole uurimisteema saamiseks ja vajaliku uurimismetoodika saamiseks.

Üliõpilaste teaduslikku tööd koordineerib Üliõpilaste Teaduslik Ühing (ÜTÜ). Pedagoogiliste ainete tsükli valdkonnas võib kehakultuuriteaduskonna üliõpilastele soovitada järgmisi ringe:

spordifüsioloogia kateedri juures

spordipsühholoogia ring,
kehalise kasvatuse teooria ja metoodika ning
sportliku treeningu aluste ring,
spordiajaloo ja organisatsiooni ring;

pedagoogika kateedri juures

pedagoogika ring.

Pedagoogiliste ainete tsükklisse kuuluvate õppeainete programmilise materjali tutvustamine toimub kolmes erinevas väljaandes:

1) "Pedagoogiliste ainete tsükkel kehakultuuriteaduskonnas I". Sisaldab järgmiste õppeainete programmilist materjali:

sissejuhatus erialasse,
pedagoogika ja pedagoogika ajalugu,
üld- ja spordipsühholoogia,

kehalise kasvatuse teooria ja metoodika,
kasvatustöö metoodika spordikollektiivis,

2) "Pedagoogiliste ainete tsükkel kehakultuuriteaduskonnas
II" sisaldab

spordiajaloo,
sportliku treeningu aluste,
kehakultuuri ja spordi organisatsiooni,
ökonoomika ja juhtimise,
statistika aluste,
spordiehitiste

programmide materjale.

Eraldi väljaande moodustavad praktikate programmid.

SISSEJUHATUS ERIALASSE

E e s m ä r k

Igal aastal tuleb paljudel noormeestel ja neidudel lahendada enda ja ühiskonna seisukohalt tähtis küsimus - kelleks saada? Kõrgkoolid valmistavad spetsialiste ette mitmesugustel erialadel. Õige eriala valiku puhul realiseerib noor oma võimed töös ja toob kasu ühiskonnale. Seega on õige elukutse valik komplitseeritud sotsiaalne protsess.

Praktika näitab, et mitte kõik kõrgkooli astujaist pole juhindunud konkreetsest erialast, pole sellega lähemalt tuttavad. Selle üks põhjusi on asjaolu, et teadus ei suuda veel küllalt täpselt määratleda inimese eeldusi ja võimeid konkreettsel erialal töötamiseks. Paljudel juhtudel tehakse seda teisejärguliste tunnuste alusel (isiklik soov, kaaslaste soovitusel jne.).

Esmakursuslastel tuleb lülituda üliõpilaskollektiivi mitmetahulisse ellu õppetöö esimestest päevadest alates, omandada iseseisva töö vilumused, uued õppetöö vormid ja rütm. Sellest tingituna tekivad mitmed raskused üleminekul keskkooli töövormidelt kõrgkooli omadele. Aeglaselt omandatakse uued töömeetodid, ei osata ratsionaalselt planeerida aega, eksamite perioodidele langeb liiga suur koormus jne. Osa noori töötab vähese innuga ka seetõttu, et ei kujutata küllalt selgelt ette tulevast tööd oma erialal.

Sellise olukorra vältimiseks viidi 1974/75. õ.-a. alates kõrgkoolide õppeplaanidesse kohustuslik distsipliin "Sissejuhatus erialasse".

Selle aine konkreetSED õppe-kasvatuslikud ülesanded on järgmised:

- anda ettekujutus kõrgkoolist, tema organisatsioonist, eesmärkidest ja ülesannetest;
- iseloomustada kehakultuuri kui ühiskondlik-ajaloolist nähtust, anda ettekujutus tulevase elukutsest ja äratada huvi ning armastust selle vastu;

- tutvustada kehakultuuriteaduskonda, tema õppeplaani ja töövorme, kasvatada lugupidamist oma teaduskonna, tema töötajate, ajaloo ja traditsioonide vastu;
- näidata õppetöö iseärasusi ning tutvustada informatsiooni kogumise ja töötlemise meetodeid;
- tutvustada üliõpilaste õigusi ja kohustusi, aidata kaasa kahjulike harjumuste ja väärade käitumisviiside väljajuurimisele;
- äratada huvi teaduskonnas õpetatavate distsipliinide omandamise vastu.

Seega aitab uus õppedistsipliin kaasa kõrgkooli ees seisva põhiülesande - kasvatada sügavate erialaste teadmistega spetsialiste - lahendamisele.

Pea meeles, et saades TRÜ kehakultuuriteaduskonna üliõpilaseks, võtad Sa endale suure vastutuse. Sa kohustud sama noorte kasvatajaks - treeneriks. Sinu isiksuse omadused kajastuvad paratamatult ka Sinu õpilastes. Et väärikalt täita oma kohust ühiskonna ees, pead Sa ise pidevalt õppima.

Õ p p e t ö ö k o r r a l d u s

Ainet "Sissejuhatus erialasse" loetakse esimese kursuse esimesel semestril 40 tunni ulatuses. Üliõpilaste adaptatsiooniprotsessi kiirendamise huvides ja varasemat sellealast kogemust silmas pidades on õppetöö kontsentreeritud peamiselt semestri esimesele poolele. Eksamit antud aines ette nähtud pole. Õppeedukust kontrollitakse loengute külastatavuse ja seal aktiivse osalemise alusel. Korraldatakse frontaalseid suulisi küsitlusi ja kirjalikke töid ning teisi teadmiste kontrolli mooduseid. Sellega aktiveeritakse õppematerjali omandamist, kindlustatakse tagasiside auditooriumiga ja soodustatakse loengute külastatavust. Õppetööst eemalviibinud üliõpilastega toimub arvestus vestluse või kirjaliku töö kujul. Teoreetiliste küsimuste kõrval tutvustatakse üliõpilastele ka treeneri ja kehalise kasvatus

õpetaja mõningaid praktilise töö aspekte. See toimub praktiliste tundide näol. Kuivõrd küsimuste loetelu programmis on lai ja mitmekesine, siis viiakse õppetööd läbi mitme kateedri spetsialistide poolt.

Peale programmi loetletud küsimuste toimub selle aine raames loengute ja seminaride tsükkel "Bibliograafia alused". Õppetöö selles lõigus viib läbi TRÜ Teaduslik Raamatukogu.

Õ p p e p r o g r a m m

Sissejuhatus

"Sissejuhatus erialasse" kui õppedistsipliin. Selle eesmärgid, ülesanded, struktuur ja sisu. Aine tähtsus Ikursuse üliõpilastele. Põhimõistete "kehakultuur", "sport", "kehaline kasvatus" iseloomustus.

Kehakultuur kui inimkultuuri atributiivne osa

Kehakultuur kui inimkultuuri üks koostisosa. Kehakultuuri tekkimise põhjused ürgühiskonnas ja seda iseloomustavad jooned.

Kehalise kasvatus elementide tähtsus inimese kehaliste ja vaimsete võimete arengule ürgühiskonnas.

Kehakultuuri areng ja eripära orjandusühiskonnas. Kehalise kasvatus õpetaja elukutse tekkimine.

Kehakultuuri arengu iseärasused feodaalühiskonnas. Rõhutud klasside kehalise kasvatus elementide tekkimine. Rahvas kui kehalise kasvatus vahendite põhiline looja. Humanistlike teooriate tekkimine kehalises kasvatuses. Elukutselised vehklemise ja võimlemise õpetajad.

Kehakultuuri arengu iseärasused kapitalismi perioodil. V.I. Lenin kahest kultuurist kodanlikus kultuuris.

Teadusliku kommunismi rajajad kehalisest kasvatuses kui kommunistliku kasvatus lahutamatu osast. Spordi tek-

kimine ja areng. Rahvusvaheliste töölisspordiorganisatsioonide tekkimine ja areng. Kaadrid kehalises kasvatuses. Vastuolud ühiskondliku vajaduse ja võimaluse vahel tööliiskonna kehakultuuri ja spordi arengus kapitalistlikus ühiskonnas. Igakülgse vaimse ja kehalise kasvatuses ajalooline paratamatus kommunistlikus ühiskonnas. Kehakultuur kui ühiskonna arengu vajalik komponent.

Kehakultuur sotsialistliku kultuuri osana. Kehakultuur NSV Liidu kultuurirevolutsioonis.

Partei kasvatuslik osa. Töötajaskonna suhtumine kehakultuuri ja sporti sotsialistliku ühiskonna tingimustes. Kehakultuur kui vahend rahvusvaheliste kultuurisidemete kindlustamisel ning vormilt rahvusliku ja sisult sotsialistliku kultuuri arendamisel.

Kehakultuur ja teaduslik-tehniline progress. Võitlus liikumisvaeguse vastu.

Kehakultuuri osa inimese sotsiaalse aktiivsuse kujundamisel. Kehakultuur ja sport kui inimestevaheliste suhete loomise ja eksisteerimise vahend.

Kultuurilised ja loominguilised väärtused kehakultuuri ja spordi sfääris. Inimese täiustumine kehakultuuri ja spordi kaudu.

Sotsiaalsete, materiaal-tehniliste ja teiste faktorite vastastikune seos kehakultuuris ja spordis.

Kehakultuuri ja spordi tähtsus rahvusvaheliste sidemete loomisele ja arendamisele ning erineva sotsiaalse korraga rahvaste vastastikuse üksteisemõistmise parandamisele. Sport kui riikide rahvusliku prestiiži kindlustamise vahend.

Nõukogude kõrgkool

Nõukogude kõrgkool kui rahvaharidussüsteemi lõppetapp. Nõukogude kõrgkooli lühike ajalooline ülevaade. Kõrgkooli saavutused nõukogude võimu aastail.

Nõukogude kõrgkooli ülesanded NIKP XXV kongressi otsustes. L.I. Brežnevi kõne üleliidulisel üliõpilaste kokkutulekul 1971.a.

Nõukogude kõrgkooli struktuur. Kõrghariduse teaduslikud alused.

Nõukogude kõrgkooli rahvusvahelised sidemed. Abi kaadrite ettevalmistamisel arengumaadele ja sotsialistliku sõprusühenduse maadele.

Kehalise kasvatuse eesmärgid ja ülesanded kõrgkoolis.

Elukutse

Mõisted "elukutse", "eriala", "kaadrid".

Isiksuse integratsioon ja ühiskonnastumine töös. Spetsialisti ideelis-teoreetilise taseme tähtsus kutsealasele tegevusele. Elukutse valiku alused. Õige elukutse valiku tähtsus isiksusele ja ühiskonnale. Pedagoogi elukutse, selle mitmetahulisus, sotsiaalne tähtsus ja iseärasused. Pedagoogilise tegevuse motiivid ja iseärasused. Kehakultuuri- ja spordispetsialisti tööalase tegevuse spetsiifilised iseärasused, Elukutse romantika. Inimvõimete arendamatus kehalises ja intellektuaalses tegevuses. Mõisted "eeldused, võimed, andekus, talent". Talendi suhteline iseloomustus spordis ja teistel tegevusaladel (kunstis, maalikunstis, muusikas, teatris).

Kehalise kasvatuse pedagoogi omadused ja temale ühiskonnalt esitatavad nõuded. Inimeste juhtimise komplitseeritus sportliku võistluse olukorras. Vasturääkivused spordis. Rekord kui isiku ja inimkonna energia kontsentratsioon, saavutuse plussid ja miinused spordis.

Kehakultuuri- ja spordispetsialisti tegevuse loominguline iseloom. Pedagoogi isiksuse tähtsus õppe- ja kasvatustilise ülesannete lahendamisel.

Elukutse struktuur kehakultuuri ja spordi sfääris. Treeneri ja õpetaja töö teaduslik organiseerimine. Professionaalse meisterlikkuse täiustamise vormid ja meetodid.

Loodusrikkused ja nende tähtsus ning osa ühiskonna ja inimese elus. Looduse säilitamise ja ümberkujundamise probleemid kõrgeltarenenud industriaalühiskonna tingimustes. Ühiskonna ja tema üksikute liikmete kohustused looduse kaitseks.

Mõningad vasturääkivused inimese poolt loodust ümberkujundavas tegevuses.

Looduse ümberkujundamise spetsiaalsed probleemid ning puhkuse, ravi, kehakultuuri ning spordiga tegelemise küsimused.

Kehakultuuri- ja spordispetsialistide ülesanded ning kohustused looduse kaitsmisel.

Tartu Riiklik Ülikool

Kõrgema kehakultuurilise haridusega kaadri ettevalmistuse struktuur. Riigi vajadused kõrgema kehakultuurilise haridusega spetsialistide järele. Nende vajaduste rahuldamise aste. Kõrgema kehakultuurilise haridusega spetsialistide ettevalmistuse kvantitatiivne ja kvalitatiivne iseloomustus.

Mõiste "ülikool" üldine iseloomustus. Ülikooli ülesanded. Õppetöö põhilised vormid. Ülikooli struktuur (rektor ja rektoraat, partei-, ametiühingu- ja komsomoliorganisatsioonid, spordiklubi, prorektorid, dekaanid ja teaduskonnad, kateedrid, laboratooriumid). Õppimistingimused ülikoolis.

Teaduskonna struktuur. Dekaan, tema õigused ja kohustused. Kateeder, tema struktuur ja ülesanded.

Ühiskondlike organisatsioonide struktuur ja funktsioonid. Teaduskonna tekkimine ja tema arengu põhiastapid. Teaduskonna traditsioonid. Silmapaistvamad sportlased, teadlased, riigi- ja ühiskonnategelased - teaduskonna kasvandikud.

Õppeainete tsüklite ülesanded: pedagoogilised, sotsiaal-majanduslikud, bioloogilised ja sportlik-pedagoogilised distsipliinid.

Teadusliku töö korraldus.

Sport-massiline ja šeflustöö. Spordibaasid, ruumid õppe- ja teaduslikuks tööks.

Üliõpilane

Üliõpilaskonna ja üliõpilase töö sotsiaalne iseloomustus. Üleliiduline üliõpilaste kokkutulek Kremlis 1971.a. NIKP KK ja NSVL Ministrite Nõukogu määrus 18. oktoobrist

1971. aastast "Abinõudest kõrgema- ja keskeriõppeasutuste üliõpilaste materiaalse ja olmetingimuste edasisest parandamisest".

Õppimise iseärasused kehakultuuriteaduskonnas. Esimese kursuse üliõpilaste adaptatsiooniprotsess kui üliõpilase isiksuse arengu ja kujunemise spetsiifiline moment. Esimese kursuse üliõpilase tegevuse ja käitumise tüübid õppimise sfääris. Adaptatsiooniprotsessi olemenus kehakultuuriteaduskonda astumise motiividest.

Üliõpilaste õigused ja kohustused. Üliõpilaste peamine kohustus: süstemaatiliselt ja sügavalt omandada teoreetilisi teadmisi, praktilisi vilumusi ja marksistlik-leninlikku teooriat; tõsta oma ideelis-poliitilist, teaduslikku ja kultuurilist taset, pidevalt täiustada oma spordimeisterlikkust.

Vajadus õppida mõisteid, erialaseid termineid ja definitsioone. Oskus õigesti ja ratsionaalselt kasutada aega.

Pedagoogilise ja ühiskondliku praktika tähtsus spetsialisti erialaliste omaduste kujunemisel.

Üliõpilaste teaduslik töö. Teadusliku töö vormid. Üliõpilaste Teadusliku Ühingu (ÜTU) ülesanded. Teaduslikud konverentsid. Teadusliku töö tähtsus üliõpilase erialaliste ja isiklike omaduste kujunemisele. Üliõpilaste teaduslike tööde praktiline tähtsus ja majanduslik efektiivsus.

Üliõpilaste ühiskondlikult kasulik töö. Eesti Üliõpilaste Ehitusmalev (EÜE). Ühiskondliku tegevuse liigid ja vormid ning nende seos tulevase erialalise tegevusega. Seflustöö koolides, spordikoolides ja noorte spordilaagrites.

Ülikooli komsomolikomitee osa noorte ühiskondliku aktiivsuse kasvatamisel. Teaduskonna komsomolialgorganisatsiooni struktuur ja funktsioonid.

Partei ja valitsuse hool üliõpilaste olme eest. Suhtumine ühiskondlikku omandisse ja rahva varasse kui üliõpilase küpsuse tunnus. Ühiselamu, üliõpilase teine kodu. Toa interjöör kui üliõpilase esteetilise maitse peegel. Üliõpilaste mood ja esteetilised maitset. Olme hügieen.

Üliõpilase tervishoid ja režiim. Õppimine, treening ja puhkus. Sporditraumade vältimine. Ohutustehnika põhialused.

Alkoholi ja suitsetamise kahjulik mõju inimese organismile. Terved eluviisid kui kehakultuurispetsialisti üks põhitunnuseid.

Kodulinna kultuurimälestised. Üliõpilaste esteetilise maitse kujundamine linna arhitektuuri, muuseumide, teatrite ja parkide kaudu. Võimalused muusika, maalikunsti, skulptuuri, arhitektuuri jne. tundmaõppimiseks.

Õppetöö põhiliigid

Informatsiooni kogumine ja töötlemine kui üliõpilase tegevuse üks põhiliike. V.I. Lenin tööst raamatuga. Tutvumine raamatuga. Raamatu lugemise viisid. Raamatu konspekteerimine. Konspektide liigid ja vormid. Konspekti eelneva plaani koostamine. Märkmete liigid ja vormid. Üheaegne töö mitme allikaga. Allikate iseloomustus (õpik, käsiraamat, monograafia, loengukursus, metoodiline töö, artikkel). Raamatu valiku metoodika antud teemal, aines.

Kõrgkooli loengu iseärasused. Loengu ja õpikumaterjali suhe.

Loengu kuulamise ja konspekteerimise metoodika. Psühholoogiline ja mõtteline orientatsioon loengu kuulamiseks ja konspekteerimiseks. Ettevalmistus loenguks. Kuulamine, materjali lahtimõtestamine ja peamise eristamine. Loengukonspekti ülesmärkimine. Loengu ülesmärkimise vormid, viisid ja sisu. Kirje lühendamise võtted. Peamise eristamise viisid.

Seminarideks ja laboratoorseteks töödeks ettevalmistamise organisatsioon ja metoodika. Kirjanduse kogumine, allikatega tutvumise kord ja nende uurimine. Konspekti või ettekande plaani koostamine. Diskussioonilise iseloomuga ettekande koostamine.

Materjalide, preparaatide ja koha ettevalmistus laboratoorseteks töödeks. Laboratoorse töö metoodika.

Ettevalmistus praktilisteks tundideks. Mõningad lihtsamad võtted õpilaste tegevuse juhtimiseks ja suunamiseks tunnis. Õpetaja-treeneri rolli praktiline harjutamine.

K i r j a n d u s

В ы д р и н В.И. Введение в специальность. Учебное пособие для институтов физической культуры. М., 1974.

TRÜ Kehakultuuriteaduskond. Koost. V. Lenk. Trt., 1972.

Kehakultuuriteaduskonnas õpitava eriala kutsekirjeldus.

Trt., 1975.

ÜLD- JA SPORDIPSUHHOOGIA

Psühholoogial on juhtiv koht kasvava põlvkonna kasvata-misel ja harmoonilisel kujundamisel, sealhulgas ka kehalise arendamise ja sportliku treeningu meetodite teaduslikul põh-jendamisel. Selleks, et tulevased spordi- ja kehakultuuripe-dagoogid oleks võimelised täitma NKP programmis fikseeritud ülesannet - kasvatada igakülgsest arenenud nõukogude inimest, aktiivset kommunismiehitajat - on psühholoogia ja spordipsüh-holoogia aluste tundmine mõõdapääsmatult vajalik.

Psühholoogiakursuse õpetamise peatülesanded kehakultuu-riteaduskonnas on a) aidata kaasa üliõpilaste marksistlik-leninliku maailmavaate kujunemisele; b) anda üliõpilastele tulevaseks treeneritööks hädavajalik psühholoogia- alaste teadmiste miinimum; c) õpetada üliõpilasi teostama igapäeva-ses elus lihtsamaid psühholoogilisi vaatlusi ja eksperimente eesmärgiga õppida tundma enese ja kaasinimeste (eriti õpilas-te) psüühilisi erinevusi ja iseärasusi; d) äratada üliõpi-lastes huvi psühholoogiliste probleemide ja kirjanduse vas-tu.

Psühholoogiakursuse aluseks on marksismi-leninismi õpe-tus psüühikast ja teadvusest, I.P. Pavlovi õpetus kõrgemast närvitegevusest kui psüühika ja teadvuse füsioloogilistest alustest, nõukogude psühholoogia saavutused psüühika ja tead-vuse ilmingute üldistest seaduspärasustest.

Programm koosneb vastavalt õppeplaanile kahest osast: I. üldpsühholoogia, II. spordipsühholoogia.

Üldpsühholoogia raames tutvutakse psühholoogia metodo-loogiliste küsimustega; kursuse aluseks on isiksuse ja tege-vuse psühholoogia probleemid, millega on orgaaniliselt seo-tud küsimused psüühilistest protsessidest ja nende arengust. Teadmised üldpsühholoogiast on lähtealuseks arengu- ja spor-dipsühholoogia kursuse omandamisel.

Õppides arengupsühholoogiat peavad üliõpilased selguse-le jõudma inimese psüühika ontogeneesi seaduspärasustes ja nägema kehalise kasvatus ja spordi osa inimese arengus.

Spordipsühholoogia kursus varustab üliõpilase teadmis-
tega psüühilistest protsessidest sportlikus tegevuses, sport-
lase psühholoogilisest ettevalmistusest, selle sisust ja et-
tevalmistuse meetoditest ning annab oskusi rakendamaks oma
teadmisi spordipedagoogi töös.

Psühholoogia aine põhiküsimuste paremale mõistmisele ja
arusaamisele aitavad kaasa praktikumid. Praktikumide käigus
sooritavad üliõpilased psühholoogilisi katseid ja vaatlusi,
registreerivad vaatlusandmed ning töötavad need läbi.

Nii üld- kui spordipsühholoogia kursuse omandamisel on
soovitav kasutada peamiselt kehakultuuri instituutidele
määratud õpikut "Психология", М., 1974. ja täiendavaid kir-
jandusallikaid, mille loetelud on antud käesolevas metoodi-
lises juhendis.

Üldpsühholoogia kursus võetakse läbi 1. semestril ning
spordipsühholoogia kursus 5. semestril. Üldpsühholoogia kur-
suse omandamiseks on 1. semestril ette nähtud 3 tundi nädala-
las (2 tundi loenguid ja 1 tund praktikume). Esimese semest-
ri lõpus toimub arvestus kogu üldpsühholoogia programmi koh-
ta.

Spordipsühholoogia kursuse omandamiseks 5. semestril on
ette nähtud 5 tundi nädalas (2 tundi loenguid ja 3 tundi
praktikume). 5. semestri lõpus toimub arvestus kogu psühho-
loogia kursuse kohta.

Üldpsühholoogia

Õppeprogramm

A. SISSEJUHATUS PSÜHHOLOOGIASSE

Psühholoogia aine, ülesanded ja meetodid.

Psühholoogia määrang. Psühholoogia asend teaduste süsteemis. Psühholoogia kui teaduse põhilised arenguetapid. Materialistlike ja idealistlike vaadete võitlus psüühika olemusest. Kapitalistlikes maades valitsevate psüühika õpetuste idealistlik suund.

V.I. Lenin psühholoogia tähtsusest. Mateeria ja selle arengu marksistlik käsitlus ning selle tähtsus psühholoogias. Psüühika materialistlik käsitlus vene teaduses. Nõukogude psühholoogide võitlus idealismi ja mehhanitsismi vastu. Materialistliku psühholoogia põhiprintsiibid.

Psüühika kui kõrge arengutasemeni jõudnud mateeria omadus. Psüühilise tegevuse reflektorne iseloom.

Psüühika kui objektiivse maailma peegeldus. Leninlik peegeldusõpetus - materialistliku psühholoogia alus.

Psühholoogia ülesanded, tema praktiline tähtsus. Üldpsühholoogia ja psühholoogia eriharud: sotsiaalpsühholoogia, pedagoogiline psühholoogia, lapsepsühholoogia, tööpsühholoogia, kunstipsühholoogia, tehnopsühholoogia, patopsühholoogia, kosmosepsühholoogia, kehalise kasvatus ja spordipsühholoogia jt.

Psühholoogia uurimismeetodid. Vaatlus, nõuded vaatluse teostamisel. Eksperiment, selle korraldamise iseärasused. Vestlus kui uurimismeetod. Tegevuse produktide analüüsi meetod. Psühholoogiliste uurimismaterjalide töötlemise viisid.

Psüühika füsioloogilised alused.

I.M. Setšénovi ja I.P. Pavlovi õpetus organismi ja keskkonna ühtsusest ja vastastikusest mõjust. Peaaju suurte poolkerade koor kui kõrgema närvitalitluse organ. Refleksi mõiste. Tingimatud ja tingitud refleksid. Krutus ja pi-

durdus. Pidurduse liigid. Irradiatsioon, kontsentratsioon ja närviprotsesside vastastikune induktsioon.

Ajukoore analüüsiv ja sünteesiv tegevus. Tagasiside. Tegevuse aktseptor.

Ajukoore signaalne tegevus. Esimene ja teine signaalsüsteem ja nende iseärasused.

I.P. Pavlovi õpetuse kõrgemast närvitalitlusest põhiprintsüübid: determinism, analüüs ja süntees, süsteemsus, struktuursus. I.P. Pavlovi õpetuse tähtsus psühholoogias.

Psüühika ja inimese teadvuse areng.

Psüühika areng loomade evolutsiooniprotsessis. Loomade käitumise vormid ja nende areng fülogeneesis: tropismid, instinktid, vilumused, intellektuaalne käitumine. Psüühika ilmingute eripära instinktiivse, vilumusliku ja intellektuaalse käitumise puhul loomadel.

Loomade psüühika ja inimese teadvus. Teadvus kui psüühika kõrgeim vorm. Teadvus ja tegevus. Teadvuse sotsiaalsus ja ajaloolisus.

Töö osa teadvuse tekkimisel ja isiksuse kujunemisel. Keele ja kõne osa inimese teadvuse arenemisel.

B. ISIKSUSE JA TEGEVUSE PSÜHHOLOOGIA

Isiksuse psühholoogiline struktuur.

Isiksuse mõiste. Marksistlik õpetus isiksusest kui ühiskondlike suhete kogumist. Bioloogiline ja sotsiaalne isiksuse struktuuris. Sotsiaalse keskkonna mõju isiksuse kujunemisel. Eneseteadvus, enesehinnang, isiksuse ambitsiooni tase. Enesekasvatus.

Isiksuse aktiivsus. Kodanlike reaktsiooniliste isiksuse aktiivsuse teooriate kriitika.

Isiksus kui tegevuse subjekt. Teadvuse ja tegevuse ühtsus.

Pärilikkuse, keskkonna ja kasvatususe osa isiksuse kujunemisel. Ajalooliselt kujunenud ühiskondlike suhete süsteemi

mõju isiksuse psühholoogiliste joonte kujunemisele. Isiksus ja ühiskond. Isiksus ja kollektiiv. Kollektiivi ja grupi mõiste. Kollektiivi ja grupi struktuur.

Grupisisesed inimestevahelised suhted. Kollektiivi osa isiksuse formeerimisel sotsialistlikus ühiskonnas.

Tegevuse psühholoogiline iseloomustus.

Tegevuse mõiste. Ühiskondlik areng inimese tegevuse määrajana. Tegevuse ja teadvuse ühtsuse printsiip. Inimtegevuse struktuur. Tegevuse eesmärgistatus ja plaanipärasus.

Tegevuse motiivid, nende liigid. Huvide osa tegevuses.

Tegevuste klassifikatsioon.

Tegevuse psühholoogiline iseloomustus. Liigutuste füsioloogilised alused.

Vilumuste, oskuste, harjumuste mõisted. Vilumuste liigid.

Vilumuste vastastikune mõju.

Tegevus ja töövõtted.

Põhiliste tegevuse liikide psühholoogiline iseloomustus.

Tootmistöö kui põhiline inimeste tegevuse liik. Teadvuse ja isiksuse omaduste osa inimese töös.

Õppimine. Õppimise psühholoogiline iseloomustus.

Mäng. Mängu psühholoogiline struktuur. Mängu osa isiksuse kujunemisel ja kasvatamisel.

Sportlik tegevus, selle psühholoogiline eripärasus. Loometegevus, selle psühholoogiline eripärasus. Ühiskondlik tegevus, selle liigid ja ülesanded. Isiksuse ja sotsiaalse keskkonna omavahelised suhted ühiskondlikus tegevuses.

C. ISIKSUSE PSÜÜHILISTE PROTSESSIDE PÕHILISED SEADUSPÄRASUSED

Aistingud. Aistingu mõiste. Aisting kui tegelikkuse sensoorne peegeldus. Aistingu leninlik definitsioon.

Analüsaatorite tegevus kui aistingute füsioloogiline

alus. Aistingute osa inimese tegevuses. Aistingute klassifikatsioon ja liigid.

Nägemisaistingud: värvusaistingute põhilised omadused; värvusnägemise kolme komponendi teooria; kontrastid; järelpildid;

- kuulmisaistingud: kuulmisaistingute põhilised omadused; kuulmise resonantsteooria;

- kinesteetilised aistingud, nende põhilised omadused ja tähtsus. I.M. Setšenov "lihastundlikkusest", kinesteetiliste aistingute osa motoorses tegevuses;

- tasakaaluaistingud. Aistingud keha asendi muutmisel ja ruumis ümberpaiknemisel sirgjoonelise ja pöördliikumise korral;

- haistmis- ja maitseaistingud, sooja- ja külmaaistingud, taktilised aistingud, orgaanilised aistingud, valuais-tingud.

Aistingute põhilised seaduspärasused. Tundlikkus ja aistingute läved (künnised). Adaptatsioon ja sensibilatsioon. Aistingute vastasmõju.

Isiksuse täisväärtusliku arengu sõltuvus aistingute mitmekesisusest ja rikkusest.

Taju. Tajuprotsessi mõiste. Taju terviklus, mõtestatus, konstantsus. Sõna osa tajuprotsessis. Taastundmine. Apertseptsioon. Optilised ja kinesteetilised illusioonid. Taju ja välismõjude adekvaatsus. Taju sõltuvus tegevuse iseloomust.

Taju füsioloogilised alused. Komplekssete ärritajate mõiste. Analüsaatorite tegevuse vastastikune seos tajuprotsessis. Teise signaalsüsteemi osa tajuprotsessis. Tajude klassifikatsioon ja liigid.

Ruunitaju. Motoorsete komponentide osa tajuprotsessis; esemete suuruse, vormi ja mahu taju; sügavustaju; perspektiivitaju; liikumine kui orienteerumise ja ruunitaju vahend.

Ajataju. Aeg kui ärritaja; aja vahetu ja vahendatud hindamine; refleks ajale; nähtuste järjestuse ja kestvuse taju; tempo- ja rütmitaju.

Liikumise tajus. Põhilised seaduspärasused esemete liikumise tajumisel; oma keha liikumise tajumise iseärasused; nägemis-, kuulmis-, kinesteetiliste ja tasakaaluaiustingute osa liikumise tajumisel.

Kujutlused. Kujutluste mõiste. Kujutluste struktuur. Sensorsete ja pertseptiivsete protsesside osa kujutluste formeerimisel. Kujutluste füsioloogilised alused.

Kujutluste liigid.

Fantaasia. Fantaasia mõiste. Fantaasia kui inimpsüühika spetsiifiline tegevus. V.I. Lenin fantaasiast ja selle tähtsusest inimtegevuses.

Fantaasia füsioloogilistest alustest. Teise signaalsüsteemi osa fantaasiaprotsessis. Mälukujutluste ja fantaasia-kujutluste seosest.

Fantaasia liigid: tahteline ja tahtmatu; reprodutseeriv ja loov. Unelm ja inimese praktiline tegevus.

Fantaasia ja looming. Fantaasia tähtsusest tootmistöös, teaduses, kunstis.

Mõtlemine. Mõtlemine kui tunnetustegevuse kõrgem vorm. Mõtlemisprotsessi eripärasused. Mõtlemine ja kõne, nende ühtsus. Mõtlemise füsioloogilised alused.

Mõiste kui tegelikkuse nähtuste olemuse peegeldus. Mõistete erinevus kujutlustest, tajupiltidest. Mõiste ja sõna. Mõistete liigid.

Otsustus. Otsustuse liigid.

Järeldus. Järelduste liigid: induktsioon, deduktsioon, analoogia.

Mõtlemine kui tegevus. Mõtlemine ülesannete lahendamisel: situatsiooni hinnang, hüpotees, kontrolltegevus.

Mõtlemise operatsioonid: analüüs, süntees, võrdlemine, abstraktsioon, üldistus.

Mõtlemise individuaalsed iseärasused.

Emotsioonid. Emotsioonide mõiste. V.I. Lenin emotsioonidest. Emotsionaalsete elamuste eripärasused. Emotsioonide sotsiaalne determinatsioon. Emotsioonid ja vajadused. Emotsioonide osa inimeste tegevuses.

Emotsioonide füsioloogilised alused. Teise signaalsüsteemi osa emotsioonide reguleerimisel. Emotsioonide signaalne ja regulatoorne funktsioon.

Emotsioonide väline avaldumine. Emotsioonide liigid: tuju, tundmus, afekt, emotsionaalne stress, nende eripärasused. Asteeniliste ja steeniliste emotsioonide psühholoogiline iseloomustus. Isiksuse emotsionaalsed jooned.

Kõrgemad tundmused, nende liigid ja sotsiaalne determinatsioon. Moraalsed tundmused. Moraalsete tundmuste seos inimese maailmavaatega ja ideelis-poliitiliste veendumustega. Kommunistliku ühiskonna inimeste moraalsete tundmuste iseloomustus.

Esteetilised tundmused. Ilusa, traagilise, koomilise tunnetamine. Esteetiliste tundmuste formeerimine nõukogude inimestel.

Intellektuaalsed tundmused. Mõtte selguse ja ähmasuse tunnetamine, imetuse, uudsuse, kindluse - ebakindluse tunded.

Tahe ja tahteline tegevus. Tahte mõiste. Tahe kui inimese omadus saavutada eesmärk ületades raskusi.

Tahtelise tegevuse mõiste. Tahtelise akti struktuur. Isiksuse tahtelised omadused. Tahte negatiivsed avaldusvormid ja võitlus nendega.

Mälu. Mälu mõiste ja tegevus. Mälu omaduste sõltuvus isiksuse suundusest.

Mälu füsioloogilised alused. Mälu liigid: lühiajaline, pikaajaline, operatiivne, kujundiline, loogiline, emotsionaalne, motoorne.

Mälu tüübid. Mälu individuaalsed iseärasused. Erakordsete mäluomadustega inimesed.

Assotsiatsioonid ja mälu. Assotsiatsioonide liigid. Õppimine: tahteline ja tahtmatu, mehaaniline ja loogiline. Produktiivse meeldejätmise tingimused.

Taastundmine, selle liigid ja eripärasused. Meenutamine, selle liigid. Materjali rekonstrueerimine.

Mõtlemise osa meeldejätmisel, taastundmisel ja meenutamisel.

Unustamine.

Tähelepanu. Tähelepanu mõiste. Tähelepanu ja inimese tegevus. Tähelepanu füsioloogilised alused. Tähelepanu ja orienteerumistegevus. Tähelepanu ja dominandi printsiip. Tähelepanu välised avaldusvormid.

Tähelepanu omadused: kõikuvus, maht, püsivus, intensiivsus, ümberlülituvus, kontsentreeritus, jaotuvus, hajameelsus ja selle ületamine.

Tähelepanu liigid: tahtmatu tähelepanu ja seda esilekutsuvad põhjused; tahteline tähelepanu ja selle tingitus tegevuse iseloomust; järeltahteline tähelepanu; staatiline ja dünaamiline tähelepanu.

Tähelepanu liigid ja isiksuse eripärasused.

Tähelepanu esilekutsuvad ja soodustavad põhjused.

Kõne ja selle tähtsus isiksuse psühholoogias. Keele ja kõne mõiste. Kõne suhtlemisvahendina. Kõne kommunikatiivne funktsioon. Kõne sotsiaalne iseloom.

Kõne liigid: suuline (monoloog, dialoog) ja kirjalik; sisekõne. Kõne põhilised omadused: sisukus, arusaadavus, väljenduslikkus, mõjukus.

Kõne arusaadavus. Suulise ja kirjaliku kõne omandamine. Kõnekultuur.

D. ISIKSUSE INDIVIDUAALSED PSÜHHOLOOGILISED

ERIPÄRASUSED

Isiksuse psühholoogiliste eripärasuste üldine iseloomustus. Isiksuse psüühilise palge suhteline stabiilsus.

Isiksuse suundus. Isiksuse suunduse mõiste. Maailmavaade, veendumused, ideaalid, nende osatähtsus inimese suunduse struktuuris. Nõukogude inimeste teadusliku maailmavaate formeerimine.

Tarbed, nende osatähtsus isiksuse suunduse struktuuris. Tarvete liigid. Töö kui esmane eluline vajadus.

Huvid ja kalduvused. Huvide psühholoogiline struktuur.

Huvide sisu, ulatus, sügavus ja püsivus kui isiksuse arengu näitajad. Huvide liigid.

Isiksuse suundus, käitumine ja tegevus.

Temperament. Temperamendi mõiste. Temperamentide liigid. Sangviiniku, koleeriku, flegmaatiku ja melanhooliku psühholoogiline iseloomustus. Temperamentide füsioloogilised alused.

Temperamendi muutumine õppeprotsessi, kasvatus ja tegevuse mõjul. Tegevuse individuaalne stiil.

Iseloom. Iseloomu mõiste. Inimese iseloomu sotsiaalne determinatsioon. Elutingimuste, õpetamise, kasvatus ja tegevuse mõju iseloomu kujunemisele. Iseloom ja inimese harjumuslik käitumine. Temperamendi ja iseloomu seos, nende erinevus.

Iseloomujoonte mõiste. Iseloomujooned, mis väljendavad suhtumist teistesse inimestesse, töösse, ühiskonnasse, endesse.

Iseloomujooned ja iseloomu terviklikkus. Tahtelised iseloomujooned.

Kommunistliku ühiskonna iseloomujooned.

Iseloomu formeerumine kollektiivis ja ühiskondlikus tegevuses.

Võimed. Võime mõiste. Võimed ja tegevus. Võimete struktuur. Üldised ja spetsiaalsed võimed. Alged.

Võimete arengu sõltuvus elutingimustest, kasvatus ja tegevusest.

Võimete seos isiksuse suundusega, teadmistega, oskustega. Huvide, kalduvuste mõju võimete arengule.

Andekuse, geniaalsuse ja talendi mõisted. Võimete idealistlike teooriate kriitika.

E. LASTE EALISED PSÜHHOLOOGILISED

ISEÄRASUSED

Psüühilise arengu üldised seaduspärasused.

NIKP programm laste kehaliste ja vaimsete võimete harmoonilisest arendamisest kui laste kasvatamise olulisemast ülesandest.

Marksistlik õpetus isiksuse arengust. Sotsiaalselt organiseeritud ja stimuleeritud tegevus kui inimese võimete ja psüühiliste protsesside arengu põhitingimus. Sotsiaalsete elutingimuste, õpetamise, kasvatamise ja tegevuse määrav osa laste vaimsele arengule.

Laste psüühilise arengu eeltingimused. Pärilikud omadused ja areng. Õpetamine ja ühiskondlik-ajaloolise kogemuse omandamine. Õpetamise ja arengu dialektiline seos.

Laste psüühilise arengu ebaühtlus ja selle põhjused. Närvisüsteemi ja organismi teiste organite arengu ühtsus kui psüühilise arengu füsioloogiline alus.

Lapse ealine periodiseerimine. Laste arengu kodanlike idealistlike teooriate kriitika.

Imiku, maimiku, koolieeliku psühholoogilised eripärasused.

Lapse psüühiline areng sünnist kuni aasta vanuseni (imikuiga). Aistingute areng imikutel. Liigutuste areng. Lalin kui kõne arengu esimene staadium. Imikute mõtlemise, mälu, tähelepanu ja emotsionaalsete reaktsioonide iseärasused.

Lapse areng esimesest kolmanda eluaastani (maimikuiga). Mõtlemise ja kõne kiire areng. Taju, kujutluste, mõtlemise, tähelepanu edasine areng. Tahtelise tegevuse alged. Isiksuse formeerimise algus.

Koolieelikute (3-7-a.) areng. Tunnetusprotsesside, emotsionaalse sfääri ja isiksuse areng. Mängu osa koolieeliku psüühilises arengus.

Noorema kooliea (kainikuea) psühholoogilised eripärasused.

Kainikuea tegevuse psühholoogiline iseloomustus. Lapse koolivalmiduse psühholoogiline iseloomustus. Vaimse arengu, mõtlemise, mälu, tähelepanu, võimete, emotsionaalsete ja tahteliste ilmingute areng nooremas koolieas.

Isiksuse kujunemise iseärasused: tarvete, motiivide ja huvide formeerumine; tahteliste omaduste eripära; iseloomu areng.

Suhtlemispsühholoogia klassikollektiivis: kollektiivi osa isiksuse kujunemisel.

Keskmise kooliea (mürsiku) psühholoogilised iseärasused.

Mürsiku tegevuse üldine iseloomustus.

Organismi muutused keskmises koolieas. Temperamendi, iseloomu avaldused ja nende areng keskmises koolieas.

Isiksuse psühholoogilised iseärasused mürsikutel. Vaimse arengu, emotsionaalsete ja tahteliste ilmingute eripärasused. Püüdlus enesekasvatusele. Vastuolu tarvete arengu ja iseseisvuspüüde ning nende rahuldamise ja reaalse teostumise võimaluste vahel.

Kommunistliku teadlikkuse kujunemine. Moraalsete tõekspidamiste kujunemine.

Eneseteadvuse areng. Negatiivsed suhtumised ja nende tekkimise põhjused. Eneseteadvuse vajaduse teke ja areng, püüdlus võita kollektiivi tunnustust.

Vanema kooliea (nooruki) psühholoogilised eripärasused.

Nooruki tegevuse üldine iseloomustus. Noorukiea iseärasused. Vaimne areng, emotsionaalsed ja tahtelised ilmingud. Emotsionaalsete protsesside eripärasused noorukieas.

Vanema kooliea isiksuse eripärasused. Kodanikuküpsuse kujunemine. Isiksuse kommunistlik-ideelise suunduse kujunemine. Nooruki unistused ja ideaalid. Romantika. Käitumise motiivide ja huvide areng. Loominguline aktiivsus ja eneseväljenduse vajadus. Kollektiivi, ühiskondliku arvamuse, kriitika ja enesekriitika osa moraalsete veendumuste kujunemisel.

Kutsehuvide kujunemine. Aktiivne osavõtt tootmistööst kui oluline isiksuse kujunemise faktor.

Sõprus ja armastus noorukieas. Esteetiliste, intellektuaalsete ja moraalsete tundmuste ilmingud noorukitel.

K o n t r o l l t ö ö d

Kontrolltööd toimuvad kuuendal ja kümnendal õppenädalal.

A r v e s t u s

Arvestus toimub semestri lõpul kogu üldpsühholoogia programmi ulatuses.

K o r d a m i s k ü s i m u s e d

1. Psühholoogia aine määrang ja formuleering. Psüühika olemus. Psüühika käsitlus eesrindlikel vene teaduse ja ühiskondliku mõtte esindajail.
2. Materialistliku psühholoogia aluseks olevate printsiipide sisu. Psüühika kui aju omadus. Psüühika kui objektiivse maailma peegeldus.
3. Psühholoogia ja tema üksikute harude ülesanded (lapsepsühholoogia, tööpsühholoogia, pedagoogiline psühholoogia jt.).
4. I.M. Setšenovi ja I.P. Pavlovi õpetus organismi ja keskkonna ühtlusest ja vastastikusest mõjust.
5. Peaaju suurte poolkerade koor kui kõrgema närvitalitluse organ. Refleksi mõiste. Tingitud ja tingimatud refleksid.
6. Ajukoore analüüsiv ja sünteesiv tegevus. Tagasiside. Tegevuse aktseptor.
7. Erutus ja pidurdus. Pidurduse liigid. Irradiatsioon, kontsentratsioon ja närviprotsesside vastastikune induktioon. Ajukoore signaalne tegevus. Esimene ja teine signaalsüsteem ja nende iseärasused.
8. I.P. Pavlovi õpetuse kõrgemast närvitalitlusest põhiprintsiibid: determinism, analüüs ja süntees, süsteemsus, struktuursus.

9. Psüühika areng loomade evolutsiooniprotsessis. Loomade käitumise vormid ja nende areng fülogeneesis: tropismid, instinktid, vilumused, intellektuaalne käitumine. Psüühika ilmingute eripära instinktiivse, vilumusliku ja intellektuaalse käitumise puhul loomadel.
10. Loomade psüühika ja inimese teadvus. Teadvus kui psüühika kõrgeim vorm. Teadvuse sotsiaalsus ja ajaloolisus.
11. Teadvus ja tegevus. Inimese intellektuaalne käitumine. Töö osa inimese teadvuse tekkimisel ja kujunemisel. Keele ja kõne osa inimese teadvuse arenemisel.
12. Psühholoogilised uurimismeetodid. Objektiivne vaatlus. Eksperiment. Laboratoorne eksperiment. Loomulik eksperiment. Vaatlus. Testid. Statistilised meetodid psühholoogias.
13. Isiksuse mõiste. Marksistlik õpetus isiksuset kui ühiskondlike suhete kogumist. Bioloogiline ja sotsiaalne isiksuse struktuuris.
14. Sotsiaalse keskkonna mõju isiksuse kujunemisel. Isiksuse kehaehitus ja psüühilised iseärasused.
15. Tegevuse mõiste. Ühiskondlik areng inimese tegevuse määrajana. Tegevuse eesmärgistatus ja plaanipärasus. Tegevuse motiivid ja nende liigid. Huvide osa tegevuses. Tegevuse psühholoogiline iseloomustus.
16. Oskused ja vilumused. Vilumuste terviklik iseloom. Harjumused. Vilumuste vastastikune mõju.
17. Tegevus ja töövõtted. Tootmistöö kui põhiline inimtegevuse liik.
18. Teadvuse ja isiksuse omaduste osa inimese töös. Loominguline tegevus kunsti valdkonnas. Õppimine. Õppimise psühholoogiline iseloomustus.
19. Mängu psühholoogiline struktuur. Mängu osa isiksuse kujunemisel ja kasvatamisel.
20. Aistingu mõiste ja selle leninlik definitsioon. Analüsaatorite tegevus kui aistingute füsioloogiline alus. Aistingute osa inimese tegevuses. Aistingute klassifikatsioon ja liigid.

21. Nägemisaistingud: värvusaistingute põhilised omadused; värvusnägemise kolme komponendi teooria; kontrastid; järelpildid.
22. Kuulmisaistingud: kuulmisaistingute põhilised omadused; kuulmise resonantsteooria.
23. Kinesteetilised aistingud, nende põhilised omadused ja tähtsus. I.M. Setšenov "lihastundlikkusest", kinesteetiliste aistingute osa motoorses tegevuses.
24. Tasakaaluaistingud. Aistingud keha asendi muutmisel ja ruumis ümberpaiknemisel sirgjoonelise ja pöördliikumise puhul.
25. Haistmis- ja maitsmisaistingud, sooja- ja külmaaistingud, taktilised aistingud, orgaanilised aistingud, valuaistingud.
26. Tundlikkus ja aistingute läved (künnised). Adaptatsioon ja sensibilatsioon.
27. Tajuprotsessi mõiste. Taju terviklus, mõtestatus, kontrastsus. Taastundmine. Apertseptsioon. Optilised ja kinesteetilised illusioonid.
28. Taju välismõjude adekvaatsus. Taju sõltuvus tegevuse iseloomust. Taju füsioloogilised alused.
29. Komplekssete ärritajate mõiste. Analüsaatorite tegevuse vastastikune seos tajuprotsessis. Teise signaalsüsteemi osa tajuprotsessis. Tajude klassifikatsioon ja liigid.
30. Ruumitaju: motoorsete komponentide osa tajuprotsessis; esemete suuruse, vormi ja mahu taju; sügavustaju; perspektiivitaju; liikumine kui orienteerumise ja ruumitaju vahend.
31. Ajataju: aeg kui ärritaja; aja vahetu ja vahendatud hindamine; refleks ajale; nähtuste järjestuse ja kestvuse taju; tempo- ja rütmitaju.
32. Liikumise taju: põhilised seaduspärasused esemete liikumise tajumisel; oma keha liikumise tajumise iseärasused; nägemis-, kuulmis-, kinesteetiliste ja tasakaaluaistingute osa liikumise tajumisel.
33. Kujutluse mõiste. Kujutluste struktuur. Sensorsete ja pertseptiivsete protsesside osa kujutluste formeerimisel. Kujutluste füsioloogilised alused. Kujutluste liigid.

34. Fantaasia mõiste. Fantaasia kui inimpsüühika spetsiifiline tegevus. V.I. Lenin fantaasiast ja selle tähtsusest inimtegevuses.
35. Fantaasia füsioloogilistest alustest. Teise signaalsüsteemi osa fantaasiaprotsessis. Mälukujutluste ja fantaasiakujutluste seosest.
36. Fantaasia liigid: tahteline ja tahtmatu; reproduitseeriv ja loov.
37. Unelm ja inimese praktiline tegevus. Fantaasia ja loomingu. Fantaasia tähtsusest tootmistöös, teaduses, kunstis.
38. Mõtlemine kui tunnetustegevuse kõrgeim vorm. Mõtlemisprotsessi eripärasused. Mõtlemine ja kõne, nende ühtsus. Mõtlemise füsioloogilised alused.
39. Mõiste kui tegelikkuse nähtuste olemuse peegeldus. Mõistete erinevus kujutlustest ja tajupiltidest. Mõiste ja sõna. Mõistete liigid.
40. Otsustus. Otsustuse liigid.
41. Järeldus. Järelduse liigid: induktsioon, deduktsioon, analoogia.
42. Mõtlemine kui tegevus. Mõtlemine ülesannete lahendamisel: situatsiooni hinnang, hüpotees, kontrolltegevus. Mõtlemise operatsioonid: analüüs, süntees, võrdlemine, abstraktsioon, üldistus. Mõtlemise individuaalsed isepärasused.
43. Emotsioonide mõiste. V.I. Lenin emotsioonidest. Emotsionaalsete elamuste eripärasused. Emotsioonide sotsiaalne determinatsioon. Emotsioonid ja vajadused. Emotsioonide osa inimeste tegevuses.
44. Emotsioonide füsioloogilised alused. Teise signaalsüsteemi osa emotsioonide reguleerimisel. Emotsioonide signaalne ja regulatoorne funktsioon.
45. Emotsioonide väline avaldumine. Emotsioonide liigid: tuju, tundmus, afekt, emotsionaalne stress, nende eripärasused.
46. Asteeniliste ja steeniliste emotsioonide psühholoogiline iseloomustus.

47. Isiksuse emotsionaalsed jooned. Kõrgemad tundmused, nende liigid ja sotsiaalne determinatsioon. Moraalsed tundmused. Moraalsete tundmuste seos inimese maailmavaataga ja ideelis-poliitiliste veendumustega. Kommunistliku ühiskonna inimeste moraalsete tundmuste iseloomustus.
48. Esteetilised tundmused. Ilu, traagilise, koomilise tunnetamine. Esteetiliste tundmuste formeerumine nõukogude inimestel. Intellektuaalsed tundmused. Mõtte selguse ja ähmasuse tunnetamine, imestuse, uudsuse, kindluse - ebakindluse tunded.
49. Tahte mõiste. Tahe kui inimese omadus saavutada eesmärk ületades raskusi. Tahtelise tegevuse mõiste. Tahtelise akti struktuur. Isiksuse tahtelised omadused. Tahte negatiivsed avaldusvormid ja võitlus nendega.
50. Mälu mõiste. Mälu ja tegevus. Mälu omaduste sõltuvus isiksuse suundusest. Mälu füsioloogilised alused.
51. Mälu liigid: lühiajaline, pikaajaline, operatiivne, kujundiline, loogiline, emotsionaalne, motoorne. Mälu tüübid. Mälu individuaalsed iseärasused. Erakordsete mäluomadustega inimesed.
52. Assotsiatsioonid ja mälu. Assotsiatsioonide liigid. Õppimine: tahteline ja tahtmatu, mehaaniline ja loogiline. Produktiivse meeldejätmise tingimused. Taastundmine, selle liigid ja eripärasused. Meenutamine, selle liigid.
53. Materjali rekonstrueerimine. Mõtlemise osa meeldejätmisel, taastundmisel ja meenutamisel. Unustamine.
54. Tähelepanu mõiste. Tähelepanu ja inimese tegevus. Tähelepanu füsioloogilised alused. Tähelepanu ja orienteerumistegevus. Tähelepanu ja dominandi printsiip. Tähelepanu välised avaldusvormid.
55. Tähelepanu omadused: kõikuvus, maht, püsivus, intensiivsus, ümberlülituvus, kontsentreeritus, jaotuvus. Haja-meelsus ja selle ületamine.
56. Tähelepanu liigid: tahtmatu tähelepanu ja seda esilekutsuvad põhjused. Tähelepanu liigid ja isiksuse eripärasused. Tahteline tähelepanu ja selle tingitus tegevuse is-

loomust. Järeлтаhteline tähelepanu. Staatile ja dü-naamiline tähelepanu. Tähelepanu esilekutsuvad ja soodustavad põhjused.

57. Keele ja kõne mõiste. Kõne suhtlemisvahendina. Kõne kommunikatiivne funktsioon. Kõne sotsiaalne iseloom. Kõne füsioloogilised mehhanismid.
58. Kõne liigid: suuline (monoloog, dialoog) ja kirjalik; sisekõne. Kõne põhilised omadused: sisukus, arusaadavus, väljenduslikkus. Kõne arusaadavus. Suulise ja kirjaliku kõne omandamine. Kõnekultuur. Kõne arenemine.
59. Isiksuse suunduse mõiste. Maailmavaade, veendumused, ideaalid, nende osatähtsus inimese suunduse struktuuris. Nõukogude inimeste teadusliku maailmavaate formeerumine.
60. Tarbed, nende osatähtsus isiksuse suunduse struktuuris. Tarvete liigid. Töö kui eluline vajadus.
61. Huvid ja kalduvused. Huvide psühholoogiline struktuur. Huvide sisu, ulatus, sügavus ja püsivus kui isiksuse arengu näitajad. Huvide liigid.
62. Temperamendi mõiste. Temperamendi liigid. Sangviiniku, koleeriku, flegmaatiku ja melanhooliku psühholoogiline iseloomustus. Temperamendi teooriad.
63. Temperamendi füsioloogiline alus. Närviprotsesside põhiomadused.
64. Temperamendi põhilised omadused. Temperamendi muutumine õppeprotsessi, kasvatus ja tegevuse mõjul. Tegevuse individuaalne stiil.
65. Iseloomu mõiste. Inimese iseloomu sotsiaalne determinatsioon. Elutingimuste, õpetamise, kasvatus ja tegevuse mõju iseloomu kujunemisele. Iseloom ja inimese harjumuslik käitumine. Temperamendi ja iseloomu seos, nende erinevus. Iseloomu tüübid.
66. Iseloomujoonte mõiste. Iseloomujooned ja iseloomu terviklus. Tahtelised iseloomujooned (sihikindlus, initsiatiiv, aktiivsus, distsiplineeritus). Nõukogude inimese iseloomujooned.

67. Võimete mõiste. Võimed ja tegevus. Võimete struktuur. Üldised ja spetsiaalsed võimed. Alged.
68. Võimete arengu sõltuvus elutingimustest, kasvatuses ja tegevusest. Võimete seos isiksuse suundusega, teadmis- tega, oskustega. Huvide, kalduvuste mõju võimete aren- gule. Andekuse, geniaalsuse ja talendi mõisted.
69. Võimete idealistlike teooriate kriitika.
70. Lapse kehalise arengu üldised seaduspärasused. Lapse kehalist arengut mõjutavad sotsiaalsed faktorid.
71. Lapse psüühiline areng sünnist kuni aasta vanuseni (imi- kuiga). Aistingute areng imikutel. Liigutuste areng. Ia- lin kui kõne arengu esimene staadium. Imikute mõtlemi- se, mälu, tähelepanu ja emotsionaalsete reaktsioonide iseärasused.
72. Lapse areng esimesest kuni kolmanda eluaastani (mami- kuiga). Mõtlemise ja kõne kiire areng. Taju, kujutlus- te, mõtlemise, tähelepanu edasine areng. Tahtelise te- gevuse alged. Isiksuse formeerumise algus.
73. Koolieelikute (3-7-a.) areng. Tunnetusprotsesside, emot- sionaalse sfääri ja isiksuse areng. Mängu osa kooliee- liku psüühilisele arengule.
74. Noorema kooliea lapse (kainiku) kehalise arengu ise- ärasused. Kainikuea psühholoogiline iseloomustus. Lapse koolivalmiduse psühholoogiline iseloomustus. Vaimse arengu, mõtlemise, mälu, tähelepanu, võimete, emotsio- naalsete ja tahteliste ilmingute areng nooremas kooli- eas. Kainiku kujunemise iseärasused: tarvete, motiivide ja huvide formeerumine; tahteliste omaduste eripära; iseloomu areng.
75. Keskmise kooliea lapse (mürsiku) psühholoogilised ise- ärasused. Mürsiku tegevuse üldine iseloomustus. Orga- nismi muutused keskmises koolieas. Psüühiliste protses- side areng keskmises koolieas. Temperamendi, iseloomu ilmingud ja nende areng keskmises koolieas. Mürsiku vaimse arengu, emotsionaalsete ja tahteliste ilmingute eripärasused. Püüdlus enesekasvatusele.

76. Nooruki tegevuse üldine iseloomustus. Noorukiea iseärasused. Vaimne areng, emotsionaalsed ja tahtelised ilmingud. Emotsionaalsete protsesside eripärasused noorukieas. Vanema kooliea isiksuse eripärasused. Kodanikküpsuse kujunemine. Isiksuse kommunistlik-ideelise suunduse kujunemine.

K i r j a n d u s

Kohustuslik

Психология. Учебник для институтов физической культуры. Под ред. П.А. Рудика. М., 1974.

Täiendav

- Üldpsühholoogia. Õpik pedagoogilistele instituutidele. Tln., 1975.
- Vaimne tervis. Toim. J. Saarma. Tln., 1966, lk. 9-48.
- K. Ramul. Loomapsühholoogia. Tln., 1972.
- F. Engels. Töö osa ahvi kujunemisel inimeseks. Tln., 1958.
- K. Ramul. Teaduslik psühholoogia ja elu. Tln., 1969, lk. 7-23, 86-97.
- E. Koemets. Kuidas õppida. Tln., 1972.
- Psühholoogia ja kaasaeg. Koost. E. Jaanvärk. Tln., 1968, lk. 5-78, 90-100, 136-147.

S p o r d i p s ü h h o o l o o g i a

õ p p e p r o g r a m m

Spordipsühholoogia aine, ülesanded, uurimissuunad NSV Liidus ja ülemaailmses ulatuses.

Spordipsühholoogia kui psühholoogiateaduse spetsiaalne rakenduslik haru. Spordipsühholoogia seos üldpsühholoogiaga, teiste psühholoogiateaduse harudega ja spordi teooria ja praktikaga.

Spordipsühholoogia aine. Spordipsühholoogia tekkimine ja ajalooline areng. Spordipsühholoogia olukord käesoleval ajal NSV Liidus ja ülemaailmses ulatuses. Spordipsühholoogia põhiülesanded ja teadusliku uurimistöö probleematika.

Spordipsühholoogia kui profileeriva aine koht ja tähtsus spordipedagoogide ettevalmistamisel.

Sportliku tegevuse psühholoogilised iseärasused.

Sportliku tegevuse mõiste. Sportliku tegevuse sotsiaalne tingitus. Spordi koht teiste tegevuste seas sotsialistlikus ühiskonnas. Nõukogude spordi ideeline suundus. Sportliku tegevuse eesmärgid ja motiivid.

Sportliku tegevuse struktuur; õppe-treeningtöö, võistlused.

Spordi psühholoogilised iseärasused võrreldes teiste inimtegevustega.

Aistingute ja tajude mitmekesisus spordis. Spetsialiseeritud tajud kehaliste harjutuste õppimisel ja sportlikus tegevuses. Liigutusvilumuste täiuslikkus tehnikaelementide täitmisel.

Reaktsiooniaeg ja selle tähtsus spordis. Reaktsiooni liigid ja nende psühholoogiline iseloomustus. Tähelepanu ja mälu iseärasused spordis. Tahe ja tahteline tegevus spordis. Tahteomaduste arendamine spordis. Mõtlemise iseärasused sportlikus tegevuses. Emotsionaalsete elamuste iseärasused spordis.

Spordialade psühholoogiline iseloomustus.

Spetsiaalsed objektiivsed tingimused iga konkreetse spordiala harrastamisel.

Sportlase õpetamise ja kasvatamise psühholoogilised iseärasused erinevatel spordialadel. Võistlustingimuste iseärasused erinevatel spordialadel.

Spetsialiseeritud tajua ("pallitunne", "relvatunne", "matitunne", "lumetunne", "veetunne" jt.) erinevatel spordialadel. Psüühiliste protsesside ja isiksuse omaduste arengu iseärasused ning suhtlemise eripärasused erinevatel spordialadel.

Psüühilise valmiduse dünaamika konkreetsetel spordialadel.

Spordikollektiivi psühholoogilised iseärasused.

Isiksus ja kollektiiv spordis. Spordikollektiivi mõiste. Nõukogude spordikollektiivi iseärasused. Väikeste gruppide struktuur. Spordikollektiivi sisemine struktuur. Spordikollektiivi liikmete psühholoogiline kooskõla. Kollektiivi ja treeneri vahelised suhted. Faktorid, mis määravad sportlase asendi ja suhted. Liidri mõiste. Liidri mõiste spordikollektiivis. Treeneri osa spordikollektiivis. Spordipedagoogi suhtlemisvahendid. Psühholoogilised meetodid omavaheliste suhete uurimiseks spordikollektiivis.

Sportlase isiksuse psühholoogia.

Sportlase isiksuse üldine iseloomustus. Nõukogude sportlase maailmavaade ja veendumused, veendumuste ja käitumise ühtsus. Sportlase tarbed, motiivid ja huvid. Spordihuvi kujunemine. Nõukogude sportlase materiaalsete ja vaimsete tarvete seos. Sportlase huvide ulatus ja püsivus. Nõukogude sportlase põhilised iseloomujooned. Temperamendi ilmingud spordis. Sportlase võimed ja nende ilmingud spordis.

Õppe- ja treeninguprotsessi psühholoogilised alused spordis.

Kasvatamise, õpetamise ja treeningu üldine psühholoogiline iseloomustus. Õpetamine ja sportlik täiustamine kui

keerukas spetsiaalsete teadmiste omandamise, spetsiaalsete liigutusvilumuste kujundamise, psüühiliste funktsioonide arendamise ja sportlase positiivsete isiksuse omaduste kasvatamise pedagoogiline protsess.

Kehaliste võimete - kiiruse, jõu, vastupidavuse, osavuse psühholoogilised alused.

Sportlase tehnilise ettevalmistuse psühholoogilised alused.

Liigutusvilumuse kujunemine kui sporditehnika omandamise protsess. Liigutusvilumuse mõiste. Vilumuse iseloomustus lähtudes selle täitmise objektiivsete tunnuste ja teadvustumise iseärasustest.

Liigutusvilumuse kujunemise staadiumide psühholoogiline iseloomustus teadvuse, aistingute, tajude ja tähelepanu suunduse ning kõne ja mõtlemisprotsesside omatähtsuse järgi. Harjutamise kõver ja selle psühholoogiline analüüs.

Liigutusvilumused ja kehalised võimed.

Sportlase taktikalise ettevalmistuse psühholoogilised alused.

Taktikaline mõtlemine ja selle eripära spordis. Taktikalise mõtlemise tingimused: emotsionaalsus, pingeseisund. Mõtlemise iseärasused taktikaliste ülesannete lahendamisel. Prognoosimine õige otsuse vastuvõtmisel ja realiseerimisel. Individuaalse, grupilise ja võistkonna taktikalise tegevuse psühholoogilised eripärasused. Kõne ja selle funktsioonid taktikaliste ülesannete lahendamisel.

Emotsioonid spordis ja sportliku võistluse psühholoogiline iseloomustus.

Negatiivsed ja positiivsed emotsioonid spordis. Steenilised ja asteenilised emotsioonid spordis. Negatiivsete ja positiivsete emotsioonide tekke sagedasemad põhjused spordis. Psühholoogiliste barjääride tekke sagedasemad põhjused.

Sportliku võistluse üldine psühholoogiline iseloomustus. Sportliku võistluse eesmärk ja motiivid. Sportliku võistluse tingimused. Sportlase psüühiliste seisundite mitmekesisus ja dünaamika sportliku võistluse tingimustes.

Stardieelne seisund, selle vormid: "võistlusvalmidus", "stardipalavik", "stardiapaatia". Sportlase vahetu psüühiline valmidus võistlusteks.

Sportlase psüühilised seisundid sportliku võistluse ajal.

Sportliku võistluse emotsioonide iseloomustus (sportlik erutus, sportlik väimustus, sportlik innustus, sportlik häärt, sportlik viha, sportlik au ja uhkus).

Psüühiline pingeline võistluse ajal.

"Surnud punkt" ja "teise hingamise" psühholoogiline iseloomustus.

Sportlase võistlusjärgne seisund, selle psühholoogiline iseloomustus. Võistlusjärgse seisundi vormid.

Sportlase psühholoogilise ettevalmistuse alused.

Psühholoogilise ettevalmistuse koht ja tähtsus sportlase ettevalmistuse üldises süsteemis. Psühholoogilise ettevalmistuse eesmärk ja ülesanded.

Psühholoogilise ettevalmistuse osad: üldine psühholoogiline ettevalmistus ja psühholoogiline ettevalmistus konkreetseteks võistlusteks. Üldise psühholoogilise ettevalmistuse ülesanded. Psühholoogilise ettevalmistuse ülesanded konkreetseteks võistlusteks.

Psühholoogilise ettevalmistuse planeerimine. Teaduslik-praktilise töö organiseerimine sportlase psühholoogilise ettevalmistuse alal.

Treenitusseisundi psühholoogiline iseloomustus.

Sportlase üldise psühholoogilise ettevalmistuse sisu ja vahendid.

Üldise psühholoogilise ettevalmistuse põhilised näitajad. Sportlase isiksuse omaduste ja psüühiliste funktsioonide arendamine. Psüühiliste seisundite reguleerimise võtted ja nende õppimine.

Sportlase isiksuse kasvatamine ja arendamine üldise psühholoogilise ettevalmistuse raames: maailmavaate, motiveerimise, huvi ja kõlbeline omaduste kujundamine ja arenda-

mine. Sportlase isiksuse kujundamine sportlikus kollektiivis kui moraalsete-kõlbeliste omaduste kasvatamise tee.

Erinevate spordialade harrastamiseks vajalike psüühiliste funktsioonide täiustamine. Spetsialiseeritud tajude arendamine. Liigutuskujutluste kujundamine. Liigutuskujutluse treeniv mõju. Ideomotoorne treening. Mõtlemis- ja mälu protsesside aktiveerimine. Tähelepanu omaduste arendamine. Spordis vajalike emotsioonide kujundamine.

Sportlase tahteomaduste arendamine ja täiustamine: oskus iseseisvalt püstitada eesmärgid, ületada mitmesuguseid raskusi, hoida režiimi jne.

Objektiivsed ja subjektiivsed raskused (nende klassifikatsioon), nende ületamise viisid erinevatel spordialadel. Ootamatult tekkivad raskused ja nende ületamine.

Raskuste ületamise protsessi psühholoogiline analüüs spordis. Tahtepingutus spordis. Tahtepingutuse liigid ja iseärasused. Tahtepingutuseks stimuleerimise võtted. Sportlase tahteomaduste arendamine. Sportlase enese tahtekasvatuse.

Psühholoogiline ettevalmistus konkreetseteks võistlusteks.

Sportlase psüühilise valmiduse seisundi mõiste. Objektiivsed ja subjektiivsed faktorid sportlase valmiduse seisundi kujundamisel konkreetseteks võistlusteks.

Psühholoogilise ettevalmistuse ülesanded konkreetseteks võistlusteks: informatsiooni hankimine konkreetsete võistlustingimuste kohta; oma treenitusseisundi hinnang; võistlustel esinemise konkreetsete eesmärkide ja ülesannete püstitamine; eelseisva tegevuse programmeerimine; eneseusalduse tõstmine; optimaalse emotsionaalse seisundi kujundamine; maksimaalseks tahtepingutuseks valmiduse kujundamine jne.

Psüühiliste seisundite reguleerimise võtete konkreetiseerimine. Maksimaalse keskendatuse seisund. Sportlase mobilisatsioonivalmiduse seisund. Sportlase psüühilise valmiduse seisundi diagnostika.

Spordipedagoogi elukutse psühholoogilisi iseärasusi.

Kehalise kasvatuses õpetaja ja treeneri õppe-kasvatustöö psühholoogilised iseärasused. Kehalise kasvatuses õpetaja ja treeneri omavahelised suhted kasvandikega. Õpetaja ja treeneri autoriteet. Nõukogude treeneri ja kehalise kasvatuses õpetaja isiksuse omadused. Pedagoogilise takti psühholoogilised alused. Juhtimisviisid. Spordipedagoogi suhtlemisvahendid.

Vanuselised psühholoogilised iseärasused ja nende arvestamine kehalise kasvatuses ja sportliku treeningu protsessis.

Laste psüühilise arengu üldised seaduspärasused. Vanuseline periodiseerimine. Kehaliste harjutuste osa õpilaste vaimse töövõime tõstmisel.

Koolieeliku psühholoogilised iseärasused. Mängu osa koolieeliku psüühilises arengus. Kehalise kasvatuses psühholoogilised iseärasused eelkooli eas.

Noorema kooliea lapse (kainiku) üldine iseloomustus. Noorema kooliea lapse psühholoogilised iseärasused. Noorema kooliea lapse kehalise kasvatuses ja sportliku treeningu psühholoogilised alused.

Keskmise kooliea lapse (mürsiku) üldine iseloomustus. Keskmise kooliea lapse psühholoogiline iseloomustus. Keskmise kooliea laste kehalise kasvatuses ja sportliku treeningu psühholoogilised alused.

Vanema kooliea õpilaste psühholoogilised iseärasused. Vanema kooliea laste kehalise kasvatuses ja sportliku treeningu psühholoogilised iseärasused.

Spordipsühholoogias enam kasutatavad uurimismetoodid.

Üldised nõuded psühholoogiliste uuringute läbiviimisel. Uurimismetoodid. Sportlaste a) tähelepanu omaduste uurimise metoodika; b) liigutusliku aktiivsuse uurimise metoodika (lihtreaktsioon, valikreaktsioon, diferentseeriv reaktsioon, reaktsioon liikuvale objektile, liigutuste kiirus, vilumuse kujunemine, liigutuskordinatsioon, liigutuste maksimaalne tempo, liigutuste tempo variatiivsus); c) aistingute ja ta-

jude uurimise meetodikad (sügavusnägemise täpsus, nägemisvälja maht, vestibulaaraparaadi erutuvus, lihas-liigutusliikud aistingud, liigutuste täpsus, lihasingutuse tugevus ja kestus); d) emotsionaalsete reaktsioonide ja tahteomaduste hindamise meetodikad (staatiline ja dünaamiline treemorisagedus, liigutuste tempo variatiivsus, staatiline jõupingutus; e) isiksuse omaduste hindamise meetodikad.

Õ p p e t ö ö k o r r a l d u s V s e m e s t r i l

Kursuse omandamiseks on ette nähtud 5 tundi nädalas (2 tundi loenguid ja 3 tundi praktikume). Praktikumides on üliõpilased, olenevalt ülesandest, jaotatud 2-4-liikmelistesse rühmadesse. Iga üliõpilane viib praktikumis läbi katsed, protokollib tulemused, annab omapoolse hinnangu tulemustele ja esitab tunni lõpul tehtud töö õppejõule. Üliõpilased peavad laboratoorseteks töödeks kodus valmistuma ning koostama katse protokollid. Enne laboratoorsete tööde juurde asumist kontrollib õppejõud üliõpilaste teadmisi ja ettevalmistust praktikumiks.

Kolm korda semestris toimub loengu lõpus tunnikontroll ning kaks korda semestris (V ja XI õppenädalal) kontrolltöö.

Viienda semestri lõpul kontrollitakse teadmisi jooksvalt laboratoorsete tööde osas. Kõik laboratoorsed tööd peavad olema sooritatud. Semestril tehtud töö võetakse kokku eksamiga.

E k s a m

Eksam toimub 5. semestri lõpus nii üld- kui spordipsühholoogia programmi ulatuses.

K o r d a m i s k ü s i m u s e d

1. Spordipsühholoogia aine, ülesanded ja põhiprobleemid. Spordipsühholoogia seos teiste teadustega.
2. Spordipsühholoogia tekkimine ja ajalooline areng. Spordipsühholoogia põhisuunad NSV Liidus.

3. Lesgaffi põhiseisukohad liigutuste psühholoogia küsimustes.
4. Tähtsamaid rahvusvahelisi sündmusi spordipsühholoogia alal. Spordipsühholoogia areng eri maades.
5. Sportliku tegevuse üldine iseloomustus. Sportliku tegevuse psühholoogilised iseärasused. Aistingute ja tajude mitmekesisus spordis. Sportliku tegevuse motiivid.
6. Lihas-liigutuslikud aistingud ja tajud ning nende tähtsus kehaliste harjutuste sooritamisel ja sportlikus treeningus.
7. Liikumis- ja ajataju kehaliste harjutuste sooritamisel.
8. Spetsialiseeritud tajud kehaliste harjutuste õppimisel ja sportlikus tegevuses ("pallitunne", "veetunne", "ajatunne", "suusatunne", "relvatunne", "matitunne" jt.).
9. Tähelepanu, mälu ja mõtlemise iseärasused spordis.
10. Tahe ja tahteomaduste arendamine spordis.
11. Emotsionaalsete elamuste iseärasused spordis.
12. Erinevate spordialade (võimlemise, jooksude, ujumise, sportmängude jt.) psühholoogiline iseloomustus.
13. Isiksus ja kollektiiv spordis. Spordikollektiivi mõiste ja struktuur.
14. Spordikollektiivi liikmete psühholoogiline kooskõla. Faktorid, millest olenevad sportlase asend ja suhted kollektiivis. Liidriprobleem spordikollektiivis. Liidri mõiste.
15. Treeneri osa spordikollektiivis, kollektiivi ja treeneri vahelised suhted. Treeneri juhtimisviisid. Spordipedagoogi poolt kasutatavad suhtlemisvahendid.
16. Spordiga tegelemise tähtsus sportlase isiksuse kujunemisel, spordi vahetu ja kaudne mõju isiksuse arenemisele, sportlase iseloomu moraalsed-tahtelised jooned. Spordi mõju sportlase fantaasia ja mõtlemise arengule.
17. Temperamendi iseärasuste mõju erinevatel spordialadel.
18. Spordihuvi mõiste, spordihuvi tekkimine ja kasvatamine, õppurite spordihuvi. Treeneri ja kehalise kasvatuses õpetaja osa spordihuvi kujundamisel.
19. Kehaliste harjutuste mõju vaimsele töövõimele.

20. Kasvatamise, õpetamise ja treeningu üldine psühholoogiline iseloomustus spordis.
21. Sportliku täiustamise meetodite psühholoogiline iseloomustus. Sportlase kehalise ettevalmistuse ja põhiliste kehaliste võimete psühholoogilised alused.
22. Sportlase tehnilise ettevalmistuse psühholoogilised alused. Sportlase tehnilise ettevalmistuse mõiste ja eripära.
23. Sportliku treeningu psühholoogilised aspektid. Spetsialiseeritud tajud ja nende osa sportlase tehnilisel ettevalmistamisel.
24. Liigutusvilumuse mõiste, vilumuse tunnused ja iseloomustus.
25. Teadvuse ja automatisatsiooni osa sportlike liigutusvilumuste kujunemisel. Liigutusvilumuste kujunemise iseärasused spordis.
26. Liigutusvilumuse kujunemise staadiumide psühholoogiline iseloomustus.
27. Reaktsiooniaeg ja selle tähtsus sportlase tehnilise ettevalmistuse protsessis, sensomotoorne ja motoorne reaktsioon. Lihtreaktsiooni ja valikreaktsiooni eripära.
28. Sportlase taktikalise ettevalmistuse psühholoogilised alused. Taktikalise ettevalmistuse mõiste. Sportlase taktikalise mõtlemise eripära.
29. Mõtlemise iseärasused taktikaliste ülesannete lahendamisel. Operatiivne mõtlemine ja selle eksperimentaalne uurimine, operatiivse mõtlemise vanuselised erinevused.
30. Taktikaliste olukordade ettenägemine ja selle olenevus sportlase tüpoloogilistest iseärasustest. Individuaalse, grupilise ja võistkonna taktikalise tegevuse eripärasused. Kõne osa sportlase taktikalisel mõtlemisel.
31. Sportlase psühholoogilise ettevalmistuse mõiste, eesmärk ja ülesanded. Psühholoogilise ettevalmistuse koht ja tähtsus sportlase ettevalmistuse üldises süsteemis.
32. Üldine psühholoogiline ettevalmistus, selle ülesanded ja planeerimine. Psühholoogiline ettevalmistus konkreetseteks võistlusteks.

33. Spordiks vajalike psüühiliste funktsioonide täiustamine.
34. Tahtepingutus, selle liigid ja tähtsus psühholoogilise ettevalmistuse protsessis, tahtepingutuse erinevused eri spordialadel. Tahteomadused ja nende iseloomustus.
35. Tahtepingutuse võime kasvatamise psühholoogilised alused.
36. Subjektiivsete ja objektiivsete raskuste iseloomustus. Nende klassifikatsioon.
37. Tahteomaduste kasvatamine psühholoogilise ettevalmistuse protsessis, juhtivad tahteomadused eri spordialadel.
38. Ideomotoorne treening, selle kasutamise võimalused. Liigutuskujutluse treeniv mõju.
39. Sportlase psüühilise valmidusseisundi mõiste. Sportlase valmidusseisundi (konkreetseteks võistlusteks) kujundamise objektiivsed ja subjektiivsed faktorid.
40. Psühholoogilise ettevalmistuse ülesanded konkreetseteks võistlusteks: a) oma treenitusseisundi hinnang; b) võistlustel esinemise konkreetsete eesmärkide ja ülesannete püstitamine; c) eelseisva tegevuse programmeerimine; d) sportlase eneseusalduse tõstmine; e) optimaalse emotsionaalse seisundi kujundamine.
41. Sportlaste psüühiliste seisundite reguleerimise võtted (spetsiaalne soojendus, sihikindel mõtete suunamine, hingamisharjutused, enesemassaaž, emotsioonidega kaasnevate liigutuste ja miimika sihikindel vältimine, autogeenne treening) ja nende iseloomustus.
42. Komponendid, millele on üles ehitatud autogeenne treening.
43. Sportlase seisundite psühhodiagnostika.
44. Sportlase maksimaalse keskendatuse periood ja selle iseloomustus.
45. "Situatsioonitreeningu", "modelleeritud treeningu" mõiste ja iseloomustus.
46. Emotsioonide tähtsus ja iseärasused sportlikul treeningul ja võistlustel.
47. Negatiivsed ja positiivsed emotsioonid, steenilised ja asteenilised emotsioonid, nende iseloomustus ja osa spordis. Negatiivsete emotsioonide tekke sagedasemad põhjused spordis.

48. Sportliku võistluse üldine psühholoogiline iseloomustus. Spordivõistluse tingimuste psühholoogiline eripära. Sportlase psüühiliste seisundite mitmekesisus ja dünaamika spordivõistlustel.
49. Emotsioonide kujunemine võistlustel. Spordivõistlustel esinevate emotsioonide (sportlik erutus, vaimustus, innustus, hasart, viha, au, uhkus, konkurentsituhanne) iseloomustus.
50. Psühholoogilised barjäärid ja nende tekke sagedasemad põhjused spordivõistlustel.
51. Stardieelne seisund ja selle psühholoogiline iseloomustus. Faktorid, millest oleneb stardieelne seisund. Stardieelse seisundi vormide (võistlusvalmidus, "stardipalavik", "stardiapaatia") iseloomustus.
52. "Surnud punkti" psühholoogiline iseloomustus. "Teise hingamise" psühholoogiline iseloomustus.
53. Võistlusjärgne seisund ja selle psühholoogiline iseloomustus.
54. Laste psüühilise arengu üldised seaduspärasused. Vanuseiline perioodiseerimine.
55. Kehaliste harjutuste osa õpilaste vaimse töövõime tõstmisel.
56. Koolieelikute psühholoogilised iseärasused. Kehalise kasvatus psühholoogilised iseärasused eelkooli eas.
57. Noorema kooliea lapse psühholoogilised iseärasused. Kehalise kasvatus ja sportliku treeningu psühholoogilised alused.
58. Keskmise kooliea lapse psühholoogiline iseloomustus. Kehalise kasvatus ja sportliku treeningu psühholoogilised alused.
59. Vanema kooliea õpilaste psühholoogilised iseärasused. Kehalise kasvatus ja sportliku treeningu psühholoogilised iseärasused.
60. Spordipedagoogi õppe-kasvatustöö psühholoogilised eripärasused. Spordipedagoogi suhted kasvandikega. Suhtlemisvahendid spordipedagoogi töös. Juhtimisviisid. Spordipedagoogi autoriteet.

61. Nõukogude treeneri ja kehalise kasvatuse õpetaja isiksuse omadused. Pedagoogilise takti psühholoogilised alused.
62. Üldised nõuded psühholoogiliste uuringute läbiviimisel.
63. Sportlaste tähelepanu omaduste uurimise meetodika.
64. Sportlaste liigutusliku aktiivsuse uurimise meetodika (lihtreaktsioon, valikreaktsioon, diferentseeriv reaktsioon, liigutuse kiirus, vilumuse kujunemine, liigutuskoodinatsioon, liigutuste tempo variatiivsus, liigutuste maksimaalne tempo).
65. Sportlase aistingute ja tajude uurimise meetodika (süga- vusnägemise täpsus, nägemisvälja maht, vestibulaarapa- raadi erutuvus, lihas-liigutuslikud aistingud ja tajud, liigutuste täpsus, lihaspingutuse tugevus ja kestus).
66. Sportlase emotsionaalsete reaktsioonide ja tahteomaduste hindamise meetodikad (staatiline ja dünaamiline treemori- sagedus, liigutuste tempo variatiivsus, staatiline jõu- pingutus).
67. Sportlase isiksuse omaduste hindamise meetodikad.

K i r j a n d u s

Kohustuslik

- Психология. Учебник для институтов физической культуры.
Под ред. П.А.Рудика. М., 1974.
- S. Oja. Valik loenguid spordipsühholoogiast. Trt., 1974.
- S. Oja. Valik loenguid spordipsühholoogiast. Trt., 1976.
- S. Oja. Spordipsühholoogia praktikumide juhend I. Trt., 1974.

Täiendav

- А.Ц.Пуни. Очерки психологии спорта. М., 1969.
- О.А.Черникова. Эмоции в спорте. М., 1962.

Г.М. Гагаева. Психология футбола. М., 1969.

А.Р. Родионов. Психология спортивного поединка. М., 1969.

S. Oja. Psüünilistest seisunditest ja psühholoogilistest et-tevalmistustest spordis. Trt., 1968.

О.А. Черникова, О. Дашкевич. Активная саморегуляция эмоциональных состояний спортсмена. М., 1971.

Проблемы психологии спорта. Сборник институтов физической культуры. Вып. I-7:

Вып. I. Проблемы психологии спорта. М., 1960, с. 148-178.

Вып. 2. Проблемы психологии спорта. М., 1962, с. 9-32, 40-49, 87-99, 188-198.

Вып. 3. Психологическая подготовка спортсмена, М., 1965, с. 3-42, 51-60, 76-92, 99-112, 138-158.

Вып. 4. Психологические вопросы физического воспитания в школе. М., 1966, с. 56-65, 76-82, 116-122.

Вып. 5. Психические вопросы спортивной тренировки. М., 1967, с. 3-25, 116-124.

Вып. 6. Психологическая подготовка спортсменов. М., 1968, с. 3-19, 24-33, 43-49, 62-77, 97-105.

Вып. 7. Психологические вопросы тренировки и готовности спортсменов к соревнованию. М., 1969, с. 3-5, 32-47, 53-57, 114-123, 221-230.

Õppetöö korraldus kaug- üliõpilastele

Üld- ja spordipsühholoogias

Vastavalt kehtestatud õppeplaanile on psühholoogia kursusele ette nähtud 34 t., sellest 14 t. üldpsühholoogia ja 20 t. spordipsühholoogia kursusele. Neist 20 t. loenguid, 14 t. praktikume ja laboratoorseid töid.

Kaugüliõpilased peavad esitama kontrolltöö üldpsühholoogias ja iseseisvalt läbi viidud ning korrektselt vormistatud praktilised tööd spordipsühholoogias vähemalt üks kuu enne arvestusele või eksamile tulekut.

Kontrolltöö üldpsühholoogias teostatakse kahes osas. Esimeses osas koostatakse referaat õppejõu poolt antud teemal. Vastava kirjanduse juhatab kätte õppejõud.

Kontrolltöö teine osa seisneb praktiliste iseseisvate ülesannete täitmisel ja vastavate katse- (vaatlus-) protokollide koostamises ja nende esitamisel. Vastav ülesannete loetelu ja lühike metoodika esitatakse alljärgnevalt. Kõik iseseisvad ülesanded on teostatavad kodustes tingimustes ega nõua erivahendeid. Kontrolltööna esitatakse vaatlusprotokollid (originaalid) koos lühikese (ühel leheküljel) selgitusega vastava psüühilise protsessi, seisundi või parameetri olemuse kohta. Kohustuslik on täita kõik loetletud ülesanded iseseisva tööna. Protokollis peavad olema fikseeritud üldised andmed vaatluse ja katsetingimuste kohta (eesnimi, vanus, sugu, tervislik seisund, enesetunne, katse teostamise aeg, ruum, kõrvalhäired jne.).

Katseprotokoll peab olema kirjutatud selgelt ja loetavalt, vorm on vabalt valitav.

Spordipsühholoogias iseseisvalt läbi viidud praktiliste tööde ülesanded ja metoodika esitatakse allpool. Ülesannete täitmiseks vajalikud korrektuurtestid antakse igale üliõpilasele, kes on eelnevalt omandanud eelteadmised korrektuurtestide kasutamise kohta (Spordipsühholoogia praktikumide juhend

I. Tähelepanu ja liigutuslik aktiivsus. Koostanud S. Oja. Trt., 1974) individuaalselt III semestri lõpus.

Iga üliõpilane peab olema enne spordipsühholoogia kursust läbi töötanud nimetatud spordipsühholoogia praktikumide juhendi. Kuna sellekohaste ettevalmistusteta pole võimalik täita ettenähtud praktilisi töid, ei lubata praktikumidesse üliõpilasi, kes pole seda nõuet täitnud.

Õppetöö üldpsühholoogias toimub I ja II semestril, spordipsühholoogias IV semestril. III semestril toimub arvestus kogu üldpsühholoogia programmi ulatuses ja V semestril eksam kogu üld- ja spordipsühholoogia programmi materjali kohta. Eksamile lubatakse need üliõpilased, kes on esitanud praktiliste tööde protokollid ja sooritanud arvestuse.

Ü l e s a n d e d i s e s e i s v a k s t ö ö k s ü l d p s ü h h o l o o g i a s

1. Määrata paaril-kolmel katseisikul (õpilasel) kuulmistundlikkuse alumine absoluutne lävi.

Uurimismetoodika:

Eksperimentaator võtab kätte kella ja asetab selle katseisiku kõrva lähedale, seejärel viib pikkamööda käe eemale, kuni kella tiksumine muutub katseisikule kuuldamatuks. Kaugus, millel asub kell kõrvast selle kuuldavuse kadumisel, mõõdetakse sentimeetrites.

2. Määrata kahel-kolmel katseisikul (õpilasel) kuulmistundlikkuse eristamislävi.

Uurimismetoodika:

Eksperimentaator, võtnud kella kätte, hoiab seda katseisikule hea kuuldavuse tsoonis. Seejärel lähendab kella või viib kaugemale, kuni katseisik märkab, et heli tugevnes või nõrgenes.

Vahemaa, mille võrra oli vaja kella nihutada, et katseisik märkaks muutust tiksumise valjuses, mõõdetakse sentimeetrites.

3. Määrata ühel-kahel katseisikul läbitud ruumi hindamise täpsus liigutusaistingute abil.

Uurimismetoodika:

Põrandale, kolme meetri kaugusele teineteisest tõmmatakse kriidiga kaks joont. Katseisik seisab esimesel joonel ja läheb teiseni. Astudes teisele ta suleb silmad, pöörduv ümber ja läheb tagasi. Seejuures peab ta seisma jääma varvastega täpselt esimesel joonel. Viga mõõdetakse sentimeetrites.

4. Määrata ühel-kahel inimesel oma keha ümberpaigutamise suuna ja kauguse hindamise täpsus tasakaaluistungute abil.

Uurimismetoodika:

Katseisik pannakse istuma toolile ja seotakse ta silmad. Seejärel kaks inimest tõstavad tooli ja kannavad selle käärtult koos katseisikuga mööda mingit lihtsat kuju oma- vat joont (ring, ruut). Katseisik peab meeles pidama suuna, mida mööda teda kanti ja suletud silmadega läbima sama tee.

5. Mõõta kahel-kolmel katseisikul silmamõõdu täpsus.

Uurimismetoodika:

Harilik joonlaud asetatakse lauale nii, et poleks näha jaotust. Katseisik peab selle jaotama kolmeks võrdseks osaks, pannes jaotuse kohale punktid. Seejärel pööratakse joonlaud ümber ja määratakse viga millimeetrites.

6. Uurida ajatunnet rahu ja liikumise seisundis.

Uurimismetoodika:

- a) katseisikule antakse teatud ajavahemiku (30 - 60 sek.) alguse ja lõpu signaal. Katseisik peab ütlema, kui palju aega möödus;
- b) katseisikule antakse ülesanne käia 3 - 4 korda üle toa ja öelda, kui pika aja jooksul ta täitis ülesande.

7. Uurida kujuteldava töö mõju pulsi sagedusele.

Uurimismetoodika:

Lugeda katseisiku pulssi puhkeseisundis. Seejärel teha talle ettepanek eredalt kujutleda, et ta läbib 400 m distantssi ja minuti pärast uuesti kontrollida pulssi (luge- da tuleb mitte vähem kui 30 sek. jooksul). Pulsisagedu- se suurenemine minutis näitab kujuteldava töö mõju vege- tatiivsetele funktsioonidele.

8. Tuua näiteid abstraktsete, konkreetsete, soo- ja liigimõistete kohta, samuti abstraherimise ja konkretiseerimise kohta.
9. Tuua deduktiivsete, induktiivsete ja analoogiajäreldeste näiteid.
10. Tuua näiteid steeniliste ja asteeniliste tundmuste kohta enda kogemustest, isiklikust spordipraktikast.
11. Tuua näiteid isiklikust elust või kirjandusest tugevate afektide, kirgede, meeleolude kohta ja näidata, milles nad väljendusid.
12. Tuua näiteid isiklikust elust või kirjandusest selliste intellektuaalsete tundmuste kohta nagu imetuse, hämmastuse, kahtluse, veendumuse tunne; samuti selliste esteetiliste tundmuste kohta, nagu koomilise, traagilise, ilusa, üleva tunne. Näidata, mis kutsus teie esle tugeva esteetilise tundmuse.
13. Uurida rekonstrueeritud emotsioonide mõju pulsi sageduse muutustele.

Uurimismetoodika:

Katseisikul mõõta pulsi sagedus harilikus seisundis. Seejärel soovitada tal eredalt meenutada 1 - 2 minuti jooksul mingit tugevat ja tõrnilist elamust ja uuesti lugeda pulsi sagedust.

14. Tuua oma või teiste sportlaste elust järgmiste tahteomaduste avaldumise näiteid: a) printsipliaalsus, b) sihi-kindlus, c) visadus, d) otsustavus, e) iseseisvus, f) initsiatiiv, g) julgus ja mehisus, h) kangekaelsus, l) negatiivism, j) sugereeritavus.
15. Koostada ühe oma õpilase või töökaaslase temperamendi iseloomustus.

Instruktsioon iseloomustuse koostamiseks:

Temperamendi tundmaõppimisel tuleb kasutada vaatluse, vestluse, tegevuse produktide uurimise meetodit, samuti võimaluse korral eksperimenti ja bioloogilist meetodit.

Materjali läbitöötamise ja iseloomustuse koostamise skeem:

- a) Emotsionaalse sfääri iseärasused.

Tundmuste tekkimise kiirus, nende püsivus ja kestus. Tundmuste jõud ja sügavus. Milline on valdav meeleolu? Tundmuste väljendumine miimikas, žestides, hääle intonatsioon. Kas oskab valitseda oma tundmusi, end tagasi hoida, allutada oma käitumine mõistusele? Huvi ja püüdluste püsivus.

b) Liigutusliku aktiivsuse iseärasused.

Liigutuste, kõnnaku, kõne, žestide kiirus. Ärritusele reageerimise kiirus. Üldine liikuvus, liigutuste jõud ja järskus. Ühelt liigutuselt teisele ümberlülitumise kiirus. Tähelepanu ümberlülitumise kiirus ühelt tegevuselt teisele ja tähelepanu jaotamine kahe samaaegselt sooritatava tegevuse vahel. Liigsete liigutuste olemasolu.

c) Kontakti iseärasused ümbritsevate inimestega.

Kui kiiresti ja kergesti tutvub inimestega, kuidas käitub vähetuttavas seltskonnas? Seltsiv või kinnine? Rahulik, enesekindel või arglik, häbelik? Jutukas või vaikne? Käitumismaneer vanemate inimestega, samuti vähetuttavate inimestega.

Teha järeldused.

Näidata, millisesse temperamenditüüpi kuulub antud õpilane või millise temperamendi jooned on ülekaalus. Milliseid positiivseid või negatiivseid temperamendiavaldusi avastati.

Anda märgitud temperamendi negatiivsete avalduste kõrvaldamiseks soovitatavad kasvatuslikud võtted.

L a b o r a t o o r s e d t ö ö d s p o r d i - p s ü h h o l o o g i a s

A. Õppetundide raames

Praktiline töö nr. 1

Määrata kaaslaste liigutusvilumuse kujunemise kõver erinevate meetodikate (antakse õppejõu poolt praktikumis) abil:

- liigutusvilumus viske täpsusega;
- vilumus koos sõrmede osavusega;
- vilumus koos käe juhtimise täpsusega.

Tulemuste analüüsil 1) võrrelda enda ja kaaslase andmeid igas katses; 2) võrrelda liigutusvilumuse kujunemise kõverat erinevates katsetes.

Praktiline töö nr. 2

Ülesanne 1.

Määrata kaaslase parema ja vasaku käe lihasliigutusliku ais-tingu täpsus vastavalt Čppejõu poolt antavale metoodikale:

- a) liigutuste täpsus vertikaalselt seinale riputatud skaala ja kinematomeetri abil;
- b) lihaspingutuse tugevuse hindamise täpsus dünamomeetri abil;
- c) lihaspingutuse kestuse hindamise täpsus dünamomeetri abil.

Tulemuste analüüsil 1) võrrelda enda ja kaaslase andmeid, 2) võrrelda erinevate metoodikate (a, b, c) abil saadud andmeid.

Ülesanne 2.

- Määrata kaaslase a) sügavusnägemise täpsus Howardi kasti abil kuues katses kepikese lähendamisel ja kuues katses kepikese eemaldamisel. Leida keskmised näitajad ning võrrelda enda ja kaaslase andmeid eraldi kepikese lähendamisel ja eemaldamisel;
- b) nägemisvälja maht portatiivse perimeetri abil. Leida kaaslase ja enda nägemisvälja maht. Joonestada välja eraldi vasaku ja parema silma nägemisväli 8 näitaja alusel. Võrrelda enda ja kaaslase andmeid.

Praktiline töö nr. 3

Ülesanne 1.

Määrata kaaslase kõikide jäsemete liigutuste maksimaalne sagedus lihtliigutuses ja käte liitliigutuste maksimaalne sagedus tempo-treemomeetri abil à 10 sek. jooksul. Kanda andmed tabelitesse. Võrrelda erinevate jäsemete liigutuste kiirust.

Ülesanne 2.

Määrata kaaslase

a) käteliigutuste vaheline koordinaatsioon koputustesti abil 10 sek. jooksul;

b) käe ja jala vaheline liigutuste koordinaatsioon koputustestis tempo-treemomeetri abil 10 sek. jooksul.

Esitada tulemused tabelina ning analüüsida tulemusi vastavalt õppejõu poolt antavale instruktsioonile.

Praktiline töö nr. 4

Ülesanne 1.

Määrata kaaslase liigutuste tempo variatiivsus O.A. Tšernikova poolt soovitatud viisil. Esitada andmed tabelina, leida mugavate tempode keskmine \overline{Mx} ja emotsionaalse stabiilsuse koefitsient E_k

$$E_k = \frac{H}{\overline{Mx}}, \text{ kus } H = \frac{|M_1 - \overline{Mx}| + |M_2 - \overline{Mx}| + |M_3 - \overline{Mx}|}{3}.$$

Ülesanne 2.

Määrata kaaslase staatiline ja dünaamiline treemorisagedus vastavalt õppejõu poolt antavatele juhistele.

Praktiline töö nr. 5

Määrata kaaslase tähelepanu Schulte arvude testi ja testi 11-74 abil vastavalt õppejõu poolt antavatele juhistele.

Praktiline töö nr. 6

Määrata kaaslase liht- ja valikreaktsioon valgus- ja helisignaale ning reaktsioon liikuvale objektile. Esitada andmed tabelina, leida keskmised näitajad, võrrelda enda ja kaaslase andmeid.

Praktiline töö nr. 7

Määrata kaaslase temperamendi tüüp anamnestilise küsimustiku abil.

B. Iseseisvalt praktilise töö käigus läbiviidavad praktilised tööd

1. Koostada loengute ja iseseisvalt läbitöötatud kirjanduse alusel oma kitsama sportliku eriala psühholoogiline iseloomustus.
2. Analüüsida ja kirjeldada enda ning 3 õpilase spordiga tegelemise motive. Koostamisel võtta aluseks A. Puni motiivide jaotus.
3. Praktilises kehalise kasvatuse või sporditöös määrata 8 õpilase tähelepanu ümberlülituse tase enne ja pärast kehalise kasvatuse tundi või enne ja pärast spordivõistlelust korrektuurtestide abil. Andmed analüüsida. Esitada tabelina koondandmed, algandmete testid ja tulemuste sisuline analüüs.

Märkus: Praktiliste tööde nr. 1, 2, 4 (ülesanne 2) ja 7 puhul antakse kasutatava aparatuuri ja meetodika kirjeldus praktikumis. Praktiliste tööde nr. 3, 4, 5, 6 meetodikad ja aparatuuri kirjeldused on antud "Spordipsühholoogia praktikumide juhendis I" (Trt. 1974).

PEDAGOOGIKA

P e d a g o o g i k a ö p p i m i s e e e s m ä r k i d e s t

Ülikoolides õpetatakse pedagoogikat nn. sünteetilise kursusena, mis hõlmab niihästi pedagoogika ajaloo elemente kui ka pedagoogika teooriat. Pedagoogika kursuse ülesanne on kujundada tulevastel kehakultuuri õpetajatel, treeneritel, instruktoritel, kehakultuuri metoodikutel pedagoogilist mõtlemist, pedagoogilisi veendumusi ja vaateid, mida nad vajavad noore põlvkonna kommunistliku kasvatuses keeruliste ülesannete täitmiseks.

Pedagoogikakursus tutvustab üliõpilasi pedagoogika põhiprobleemidega ja näitab, kuidas ja millistelt ideoloogilistelt positsioonidelt neid lahendab nõukogude pedagoogika ning milles seisnevad põhilised erinevused kodanlikust pedagoogikast.

Pedagoogika õppimine peab aitama tulevast kehakultuuriala töötajat konkreetsete õppe- ja kasvatusülesannete lahendamisel. Üliõpilane näeb, millistele probleemidele võib nõukogude pedagoogika juba anda teoreetiliselt põhjendatud ja praktikas kontrollitud soovitusi ning juhendeid, milliseid lähenemisviise ja arvamusi pakutakse lahendamata probleemidele. Sel viisil õppija kogeb, et probleemide lahendamise aluseks peab olema ühe või teise pedagoogilise nähtuse olemuse mõistmine ja pedagoogiliste probleemide lahendamise üldiste printsiipide tundmine.

Pedagoogikakursuse omandamine aitab õppijal tunnetada ja mõista suurt vastutust partei, riigi ja rahva ees noore põlvkonna kasvatamisel. Pedagoogika aluste tundmine kiirendab teed pedagoogilisele meisterlikkusele.

Pedagoogika ajalugu uurib pedagoogiliste teooriate ja kasvatuses arengut inimkonna ajaloo vältel, üldistab inimese poolt omandatud pedagoogilisi kogemusi ja teadmisi ning avastab pedagoogilise arengu seaduspärasusi.

Pedagoogika ajalugu on tihedalt seotud inimkonna arenguga ürgühiskonnast tänapäevani. Selle arengu jooksul muutusid pidevalt kasvatuseloom, eesmärgid, sisu ja vorm. Pedagoogika ajaloo ülesandeks on tundma õppida, kuidas on kasvatus seostatud vastava ühiskonna baasiga, kuidas muudatused tootlike jõudude arengus tingisid muutusi ka kasvatuses. Pedagoogika ajaloo tundmine aitab mõista kasvatuseloomu, reaktiooniliste ja progressiivsete pedagoogiliste ideede võitlust selles valdkonnas, pedagoogika seost filosoofiliste, juriidiliste jt. pealisehituslike nähtustega. Pedagoogika ajaloo õppimine aitab kaasa tänapäeva tähtsate pedagoogiliste probleemide mõistmisele ja lahendamisele. Ta laiendab õpetajate pedagoogilist silmaringi ja arendab nende pedagoogilist mõtlemist, võimaldab hoiduda pedagoogilistele küsimustele kitsalt utilitaarse, retseptuurse lähenemise eest. Nõukogude pedagoogika on mineviku progressiivse pedagoogika seaduspärane edasiarendaja. Ta kasutab kriitiliselt möödunud aegade progressiivseid ideid ja arendab neid edasi tänapäeva nõuete kohaselt. Eriti väärtuslikud on sotsialistlikule pedagoogikale nõukogude kooli ja teiste sotsialismimaade haridusalaste asutuste ajaloolised kogemused, mida arvestamata ei ole võimalik kasvatada uut inimest.

Õ p p e t ö ö k o r r a l d u s j a t ö ö - m e e t o d i d

Pedagoogikat õpivad kehakultuuriteaduskonna üliõpilased ühe semestri vältel 4 tundi nädalas (2 tundi loenguid ja 2 tundi seminare).

Pedagoogika üldkursus jaguneb viide suuremasse ossa.

1. Kasvatuse ja kasvatusteaduse arengu põhiastapid.
2. Kasvatusteaduse üldised alused.
3. Kasvatuse teooria.
4. Didaktika.
5. Koolikorralduse põhiküsimusi.

Semestri vältel toimuvad seminarid järgmistel teemadel.

1. Lääne-Euroopa kodanlike pedagoogide silmapaistvamate esindajate pedagoogilised vaated.
2. Kool ja pedagoogika Venemaal XIX sajandil.
3. Utoopilise sotsialismi esindajate pedagoogilised vaated.
4. Marksistliku pedagoogika tekkimine ja areng.
5. V.I. Lenini pedagoogilised vaated.
6. Nõukogude pedagoogika klassikute (N. Krupskaja ja A. Makarenko) pedagoogilised vaated.
7. Nõukogude kooli areng.
8. Nüüdisaja sotsialistlike riikide rahvahariduse põhisuunad.
9. Eesti NSV üldharidusliku kooli õppeplaan.
10. Õppemeetodid üldhariduslikes koolides.
11. Ergutused ja karistused nõukogude koolis.
12. Nõuded nõukogude õpetajale.
13. Klassijuhatajatund kui õppe- ja kasvatustöö vorm. Iga üliõpilane koostab ühe klassijuhatajatunni üksikasjaliku konspekti ning analüüsib õppejõu määramisel ühe kaasüliõpilase konspekti vastava skeemi alusel.
14. Klassikollektiivi tundmaõppimine.
15. Kehakultuuriõpetaja osa pioneeri- ja komsomolitöös.

Kolm korda semestris toimub kontrolltöö. Esimene töö hõlmab pedagoogika ajalugu, teine didaktika, kolmas kasvatustöö teooria probleeme. Kursus lõpeb kevadsemestril eksamiga.

K o h u s t u s l i k õ p p e k i r j a n d u s

1. A. Elango. Pedagoogika ajalugu. Tln., 1974 (osaliselt).
2. Педагогика. Под общ. ред. В.В. Белорусовой. М., 1972.
3. Pedagoogika põhijooned. Vast. toim. A.G. Kovaljov jt. Tln., 1965.
4. Partei ja valitsuse otsuseid kooli kohta. Abiks pedagoogikat õppijale II. Trt., 1975 (TRÜ).
5. S. Villo. Komsomoliorganisatsioon koolis. Tln., 1974 (osaliselt).

6. V.I. Lenin. Noorsooühingute ülesannetest. Tln., 1966.
7. NIKP XXV kongressi materjalide tutvustamisest üldhariduskooli õpilastele. NSVL HM instruktiiv-metoodiline kiri. - "Nõukogude Õpetaja", 1976, nr. 13, 27. märts.
8. N.K. Krupskaja. Valimik pedagoogilisi teoseid. Tln., 1949 (osaliselt).
9. A.S. Makarenko. Kommunistlikust kasvatuses. Tln., 1954 (osaliselt).
10. H. Kurn. Võrdleva pedagoogika küsimusi. Trt., 1975 (TRÜ).
11. Loenguid pedagoogikas II ja III. Trt., 1974, 1975 (TRÜ).

Kahjuks puudub programmile vastav eestikeelne pedagoogika õpik. Venekeelne õpik on olemas. Üliõpilastel tuleb põhiliselt kasutada A.G. Kovaljovi toimetusel ilmunud teost "Pedagoogika põhijooned", mis on mõneti vananenud ega hõlma kõiki programmi teemasid. Loengute käigus peatutakse põhjalikumalt neil teemadel, kus on uusi teaduslikke uurimusi ja käsitletakse neid teemasid, mis õpikus puuduvad. Õpikus puuduvaid materjale pakuvad ka TRÜ väljaanded "Loengud pedagoogikas" I, II, III. Pedagoogika õppimisel on üliõpilastel vaja pidevalt kursis olla partei ja valitsuse uute otsuste ja määrustega kooli ja ideoloogilise töö kohta. Uusimaid seisukohti kajastavad pedagoogilises perioodikas, eriti ajakirjas "Nõukogude Kool" ja ajalehes "Nõukogude Õpetaja" ilmuvad artiklid. Need seisukohad on mõneti diskuteeritavad ja neisse tuleb suhtuda kriitiliselt.

P e d a g o o g i k a p r o g r a m m

Pedagoogika aine ja meetodid.

Pedagoogika aine. Kasvatuse olemus. Kasvatus kitsamas ja laiemas tähenduses. Kasvatuse klassiiseloos klassiühiskonnas. Uue inimese kasvatamine kommunismi ehitamise osana. NIKP programm nõukogude rahva kommunistlikust kasvatuses.

Nõukogude pedagoogika erijooned. Marksistlik-leninlik filosoofia nõukogude pedagoogika metodoloogilise alusena.

Pedagoogika kui teaduse allikad ja meetodid. Pedagoogika side muude teadustega. Pedagoogiliste teaduste süsteem. Pedagoogika omandamise tähtsus tulevastele õpetajatele, keha- kultuuriala töötajatele.

A. PEDAGOOGIKA AJALUGU

Kasvatuse ja kasvatusteaduse arengu peasetapid.

Pedagoogika ajaloo aine.

Pedagoogika ajaloo aine ja ülesanded. Dialektiline ja ajalooline materialism kui pedagoogika ajaloo metodoloogiline alus. Pedagoogika ajaloo allikad. Pedagoogika ajaloo uurimismeetodid.

Kasvatus ürgühiskonna tingimustes.

Kasvatuse tekkimine. Tema seos tootmisega. Kasvatuse organisatsiooniliste vormide kujunemine. Ürgühiskonna lagunemise põhjused ja ebavõrdsuse tekkimine kasvatuses.

Kasvatus ja kool orjanduslikus ühiskonnas.

Kasvatus ja õpetamine Vana-Idamaades. Kasvatussüsteemid enamarenenud Vana-Kreeka orjanduslikes riikides (Ateena ja Sparta). Kasvatus ja kool Vana-Roomas.

Kasvatus, kool ja pedagoogiline mõte feodaalses ühiskonnas.

Kultuuri ja teaduse areng feodalismiperioodil. Katoliku kiriku mõjuvõim kasvatuses. Kloostril- ja kirikukoolid. Rüütlikasvatus. Talurahvakasvatus. Linnade areng ja linnakodanike võitlus ilmaliku kooli eest. Ülikoolide tekkimine ja areng. Koolid ja pedagoogilise mõtte areng renessansiperioodil. Vittorino da Feltre kool. Varajaste sotsialistide-utopistide (Thomas More ja Campanella) pedagoogilised vaated.

Kool ja pedagoogiline mõte kapitalismiperioodil.

J.A. Komensky kui pedagoogilise teooria rajaja. Tema osavõtt XVII saj. demokraatlikest liikumistest ja tema sot-

siaalsed vaated. Dualism tema maailmavaates. Looduspärasuse printsiip kasvatuses. Õppeprotsessi organisatsioon. Hariduse sisu ja õpetamise metoodika. Kõlbeline kasvatus. Distsipliin. Nõuded õpetajale. "Suur didaktika" kui eesrindliku praktika ja teooria üldistus. J.A. Komensky pedagoogika demokraatlik suunitus, tema mõju pedagoogika ja kooli edasisele arengule.

Inglise XVII saj. kodanliku revolutsiooni mõju kasvatuses teooriale ja praktikale. J. Locke'i pedagoogiline teooria, selle kodanlik iseloom. Füüsilise ja kõlbelise kasvatuses ülesanded ja vahendid. Vaimne kasvatus. Eitav suhtumine tööliskoolidesse. J. Locke'i ideede mõju kodanliku pedagoogika edasisele arengule.

J.J. Rousseau. Tema suhtumine kultuurisse ja tema sotsiaalsed vaated. Looduspärasuse idee, demokraatlik, üldinimlik kasvatus. "Emile ehk kasvatusesest". Laste vanuseline perioodiseerimine, kasvatus erinevatel vanuseastmetel. Töökasvatus. J.J. Rousseau pedagoogika väikekodanlik olemus ja vastuolulisus, tema pedagoogiliste vaadete ajalooline tähtsus.

J.H. Pestalozzi pedagoogiline tegevus. Kasvatava õpetuse teooria. Elementaarõpetuse teooria. Kõlbelise kasvatuses sisu ja meetodid. Töökasvatus. J.H. Pestalozzi panus didaktikasse ja alghariduse teooriasse. J.H. Pestalozzi pedagoogilise teooria tähtsus pedagoogika ja rahvakooli arengus.

A. Diesterwegi pedagoogiline tegevus. Võitlus kooli demokratiseerimise eest. Tema didaktika, isetegevuse, looduspärasuse ja kultuuripärasuse printsiip. Diesterweg õpetajast ja tema ettevalmistamisest. Diesterwegi paranduse kasutamisest tänapäeval.

Utoopilise sotsialismi areng XIX saj. Kasvatusprobleemidest sotsialistide-utopistide teostes. R. Owen inimese iseloomu kujundamisest. Sotsiaal-pedagoogiline eksperiment New Lanarkis.

Marksistliku pedagoogika tekkimine ja areng XIX ja XX saj.

K. Marxi ja Fr. Engelsi õpetus kasvatusesest. Marksismi tekkimine - revolutsiooniline pööre kõikides teadustes. Dialektiline ja ajalooline materialism - teadusliku pedagoogika

alus. Kasvatuse sotsiaalne olemus. Kodanlike kasvatusteooriate kriitika. Õpetus isiksuse kujunemisest ja kasvatuse osast inimese arengus. Revolutsioonilise praktika osa ühiskonna, inimese muutmisel. Proletariaadi nõudmised rahvahariduse alal. Õpetus igakülgsest arenenud isiksuse kujunemisest sotsialistlikus ühiskonnas. K. Marx ja Fr. Engels vaimsest ja füüsilisest kasvatusest, polütehnilisest õpetusest ja proletaarset moraalist. Marksistide võitlus rahvahariduse ja koolide eest imperialismiperioodil.

Kool ja pedagoogika imperialismiperioodil.

Imperialismi iseloomulike joonte ja vastuolude peegeldus pedagoogikas. Kooli ja pedagoogika areng suurimates kapitalistlikes riikides pärast Teist maailmasõda (Inglismaa, Ameerika Ühendriigid, Jaapan). Kommunistlike ja töölisparteide võitlus rahvahariduse demokratiseerimise eest.

Vene pedagoogika ajalugu.

Kasvatus, kool ja pedagoogiline mõte kuni XVII sajandini.

Laste õpetamise ja kasvatuse iseloomulikud jooned NSV Liidu rahvastel feodalismile siirdumise perioodil. Perekonna osatähtsuse tugevnemine laste kasvatuses. Rahvapedagoogika põhilised kasvatuslikud vahendid. Koolide tekkimine. Ukraina ja Valgevene vennaskondade koolide võitlus katolitsismi ja poolastamise vastu. Hariduse areng Moskva riigis. Slaavikreeka-ladina akadeemia.

NSV Liidu rahvaste kool ja pedagoogika feodalismi lagunemise ja kapitalistlike suhete tekkimise perioodil.

Haridusalased reformid XVIII saj. algul. Riiklike koolide asutamine. Teaduste Akadeemia, ülikooli ja gümnaasiumi loomine. 1786.a. rahvakoolide põhikiri. Koolide organiseerimine. Alg-, kesk- ja kõrghariduse riikliku süsteemi loomine (1804). Muutused rahvahariduse süsteemis XIX saj. algul. V. Belinski pedagoogilised vaated.

Kool ja pedagoogika kapitalismiperioodil.

1860. aastate ühiskondlik-pedagoogilise liikumise üldine iseloomustus.

N. Pirogovi pedagoogilised vaated ja praktiline tegevus.

Revolutsioonilis-demokraatliku pedagoogika arendamine N. Tšernóševski ja N. Dobroljubovi poolt. Rahvahariduse reorganiseerimise nõue ühiskonna revolutsioonilise ümberkorraldamise alusel. Kasvatuse eesmärgid. Igakülgse arenemise probleem. Kasvatuse ja õpetamise sisu ja meetodid.

Suur vene pedagoog K. Ušinski. Tema pedagoogilise süsteemi filosoofilised ja teaduslik-materialistlikud alused. Kasvatuse rahvapärasuse idee. Pedagoogikast kui teadusest ja pedagoogilisest kunstist. K. Ušinski töö "Inimene kui kasvatuse objekt" tähtsus pedagoogika arengus. Töö osatähtsus kasvatuses. Ušinski didaktikaalased vaated. Tema õpikud. Kõlbe-line kasvatus. Ušinski seisukohad õpetajast ja õpetaja ettevalmistamisest. Hinnang K. Ušinskile.

L. Tolstoi vaated ja pedagoogiline tegevus.

Eesti kooli ja pedagoogilise mõtte ajaloost.

Eesti kool ja pedagoogiline mõte feodalismiperioodil. Eesti kool ja pedagoogiline mõte kapitalistlike tootmissuhte baasil. 1804.a. ülevenemaalise koolireformi kajastumine Eestis. Eesti rahvusliku kooli tekkimine ja areng. Fr. R. Kreutzwaldi ja C.R. Jakobsoni pedagoogilised vaated. Kool ja pedagoogiline mõte kodanlikus Eestis.

Kool ja pedagoogika Venemaal imperialismiperioodil.

Alg- ja keskkool XIX saj. lõpul ja XX saj. algul. Marksiistlike ideede levik Venemaal. V.I. Lenini esimesed esinemised rahvahariduse küsimustes. Lenin tsarismi hariduspoliitika, narodnikute pedagoogiliste vaadete kriitika.

Kool, õpilased ja õpetajad 1905.a. revolutsiooni perioodil.

Rahvahariduse küsimused kodanlik-demokraatliku Veebruarirevolutsiooni perioodil.

Kool ja pedagoogika NSV Liidus ja teistes sotsialistlikes maades.

V.I. Lenin kommunistlikust kasvatuses ja haridusest.

V.I. Lenin kultuurirevolutsioonist kui sotsialistliku revolutsiooni koostisosast. Suhtumine kodanlikusse kultuuri-pärandisse. V.I. Lenin igakülgsest arenenud inimese kasvatamisest. Kasvatuse seos ühiskonna kommunistliku ümberkorraldamisega.

Lenin üldisest ja poliitilisest haridusest.

Lenin kasvava põlvkonna kujundamisest kommunistliku moraali vaimus. Esteetilise ja füüsilise kasvatuse probleemid. Lenini antud kõrge hinnang õpetaja sotsiaalsele osatähtsusele ja ühiskondlikule asendile.

V.I. Lenini ideelis-teoreetiline mõju marksistliku pedagoogika arengule.

Suur Sotsialistlik Oktoobrirevolutsioon ja põhiliste ümberkorralduste algus (1917 - 1920).

Kooli ümberkorraldamine. Nõukogude valitsuse esimesed dekreedid rahvahariduse alal. Võitlus nende elluviimise eest. Uue demokraatliku rahvaharidussüsteemi loomine. Lenini esinemised haridusalal töötajate kongressidel. Töökooli tähtsus uue koolikorralduse ja pedagoogika loomisel. Nõukogude kool kodusõja aastail.

Nõukogude kool sotsialismi ehitamise perioodil (1921 - 1936).

Rahvamajanduse taastamise periood. Esimene parteiline nõupidamine rahvahariduse alal. Õpetuse sisu ja meetodite ümberkorraldamine. Tööstus- ja maanoorte koolide loomine.

Üldise koolikohustuse kehtestamine. ÜK(b)P KK 5. sept. 1931.a. otsus "Alg- ja keskkoolidest" ning 25. aug. 1932.a. otsus "Alg- ja keskkooli õppeprogrammidest ja režiimist". Nende tähtsus sotsialistliku kooli ja pedagoogika edasiseks arenguks.

Nõukogude pedagoogika areng sotsialismi ülesehituse perioodil.

N. Krupskaja - silmapaistev nõukogude pedagoog-mark-sist. Kommunistliku kasvatusprobleemide käsitlemine. Üld- ja polütehnilise hariduse probleemid. Krupskaja kui kommunistliku lasteliikumise ideeline suunaja. Krupskaja pedagoogika ajaloolasena.

Kommunistliku kasvatusprobleemide loomulik käsitlemine A. Makarenko praktikalises ja teoreetilises tegevuses. Kollektiivist, töökasvatusest, õpetamise ühendamisest tööga, perekondlikust kasvatusprobleemist A. Makarenko tööde põhjal. Tema kogemuste ja pedagoogiliste vaadete mõju pedagoogikale.

Nõukogude kool Suure Isamaasõja eel ja ajal (1937 - 1945)

Rahvahariduse ühtsele süsteemile ülemineku lõpuleviimine. Üldise keskhariduse areng. NIKP XVIII kongressi direktiivid järkjärgulise ülemineku kohta seitsmeaastaselt kohustuslikult hariduselt keskharidusele. Üldise koolikohustuse realiseerimine sõja tingimustes.

Nõukogude kooli areng sõjajärgsel perioodil (1945 kuni tänapäevani).

Sõja tagajärgede likvideerimine rahvahariduses. Seitsmeklassiliste ja keskkoolide õppeplaanide ja programmide täiustamine. NIKP XIX kongress polütehnilisest haridusest. NIKP XX kongress kooli ja elu sidemete tugevdamisest kommunistliku ülesehituse praktikaga. Üld- ja polütehnilise hariduse sisu edasise täiustamise võimaluste teoreetilised ja eksperimentaalsed uurimused. "Seadus kooli ja elu sidemete tugevdamise ja haridussüsteemi edasiarendamise kohta NSV Liidus" (1958.a.). NIKP programm noorte kommunistlikust kasvatusprobleemist. Üld- ja polütehnilise keskhariduse sisu täiustamine seoses sotsiaalse progressi ja teaduslik-tehnilise revolutsiooni nõuetega.

NIKP XXIII, XXIV, XXV kongress ja nende mõju nõukogude kooli ja pedagoogikateaduse arengule.

Kooli ja pedagoogika areng sotsialistlikes riikides.

Rahvaharidussüsteemi üldised jooned ja spetsiifilised omadused sotsialismileeri maades. Ühtse kooli loomine. Sotsialismimaade koolisüsteemi iseloomustus.

Kooliarendu põhilised etapid sotsialismimaades. Nende maade pedagoogide panus marksistlik-leninliku pedagoogika arengusse.

B. KASVATUSTEADUSE ÜLDISED ALUSED

Kommunistliku kasvatuses eesmärk, ülesanded ja koostisosad.

Kasvatuse eesmärgi ja ülesannete fikseerimisest pedagoogika ajaloo andmeil. Kommunistliku kasvatuses eesmärkide põhiline erinevus kodanliku kasvatuses eesmärkidest. NKP programm kommunistliku kasvatuses ülesannetest.

Igakülgsest arenenud isiksuse kasvatamise probleem nõukogude nüüdispedagoogikas. Kommunistliku kasvatuses koostisosad: vaimse hariduse, teadusliku ja ateistliku maailmavaate kujundamine, kõlbline kasvatus, töökasvatus, kehaline ja esteetiline kasvatus. Üksikute koostisosade omavaheline seos. Uusi probleeme kasvatuses valdkonnas teaduse ja tehnika revolutsiooni tingimustes ja üleminekul üldisele keskharidusele.

Laps kasvatuses objektina.

Laste arengu küsimus pedagoogika ajaloos. Marksistlik-leninlik õpetus isiksuse arengust. Kasvatuse ja pärilikkuse osa laste arengus. Keskkonna ja kasvatuses osa sotsialiseerumise protsessis. Laste ealise arenemise seaduspärasused. Laste arengu periodiseerimine. Kasvatustliku mõjutamise iseärasused eri vanuseastmetel.

Laste individuaalsed ja tüpoloogilised erinevused, nende tundmaõppimine ja arvestamine õppe- ja kasvatustöös. Võimete ja andekuse probleem ning katsed seda lahendada koolikasvatuse ja haridussüsteemi raamides. Soolised erinevused ja nende arvestamine. Õpilaste pedagoogilis-psühholoogiliste iseloomustuste koostamine.

Õpetaja isiksus ning tema osa kasvatuses. Pedagoogiline kollektiiv.

Õpetaja kutse põhilised iseärasused. Õpetaja autoriteet. Pedagoogiline takt. Nõuded õpetajale. Erinevad pedagoogilise juhtimise stiilid.

Õpetaja pedagoogiliste oskuste ja võimete kujunemise teed ja astmed. Noore õpetaja kutsetöös kohanemise peamised tingimused. Õpetajate enesetäiendamise süsteem.

Pedagoogiline kollektiiv kui koolikollektiivi osa. Pedagoogilise kollektiivi kujundamise põhilised teed.

Rahvahariduse süsteem.

Nõukogude rahvahariduse süsteemi printsiibid. Haridussüsteem Nõukogude Liidus. Tähtsamaid saavutusi hariduse alal Nõukogude Liidus. Kooli ja rahvahariduse arengu perspektiivid.

NIKP programm partei põhiülesannetest rahvahariduse alal. Üldise keskhariduse realiseerimise eeldused haridussüsteemi vastava organiseerimise kaudu.

C. K A S V A T U S E T E O O R I A

Kasvatusprotsessi olemus, sisu ja printsiibid.

Kasvatuse spetsiifilised iseärasused võrreldes õpetamisega. Kasvatuse põhilised alad: kommunistliku maailmavaate kasvatamine, kommunistliku moraali kasvatamine, tahte ja iseloomu kasvatamine, esteetiline ja füüsiline kasvatus.

Kommunistliku kasvatuse printsiibid ja tingimused. Kasvatuse meetodid.

Teadusliku ja ateistliku maailmavaate aluste kujundamine.

Teadusliku maailmavaate olemus ja selle tähtsus. NIKP programm teadusliku maailmavaate kujundamisest. Kommunistlikud veendumused ja ideelis-poliitiline suunitlus kui maail-

mavaate komponendid. Aktiivse võitluse vajadus religioosse ideoloogiaga. Õpilaste kommunistliku maailmavaate kasvatamise teed. Õppeainete spetsiifika maailmavaate kasvatamisel. Klassivälise töö osa maailmavaate kujundamisel.

Komsomoli- ja pioneeriorganisatsiooni osa ateistlikus kasvatuses. Kooli töö teaduslik-ateistliku propaganda alal lastevanemate ja üldsusega.

Kõlbeline kasvatus.

Kommunistlik moraal uue põlvkonna kasvatamise alusena. Kommunismiehitaja **moraalikoodeks** kui kõlbelise kasvatuses sisu alus. Kõlbelise teadvuse ja vastavate käitumise mudelite kujundamine. Kooli ja õpilaskollektiivi osa noorte kõlbelises arengus.

Nõukogude patriotismi ja proletaarse internatsionalismi kasvatamine.

Patriotismi ja internatsionalismi olemus. Patriotismi ajaloolis-poliitilised alused. Lenini õpetus patriotismist. Patriotismi psühholoogilised alused. Nõukogude patriotismi ja proletaarse internatsionalismi ühtsus. Revisjonistlikud moonutused proletaarse internatsionalismi küsimuses. Kodanliku kosmopolitismi ja natsionalismi reaktsiooniline olemus. Nõukogude patriotismi ja proletaarse internatsionalismi kasvatamine õppeainete kaudu ja klassivälises töös. Vanuselistest erinevustest ja rahvusliku omapära arvestamine patriotismi kasvatamisel. Komsomoli- ja pioneeriorganisatsiooni osa patriotismi kasvatamisel.

Kommunistlik suhtumine töösse ja ühiskondlikku omandisse.

Kommunistlikku töösse suhtumist iseloomustavad jooned, nende kasvatamine koolis ja kodus. Töökasvatus erinevatel vanuseastmetel. Selge koolis ja kodus. Õpilaste ühiskondlikult kasulik töö. Tootva töö kasvatuslik tähtsus. Hoidva suhtumise kasvatamine ühiskondlikku omandisse. Komsomoli- ja pioneeriorganisatsiooni osa töökasvatuses ja hoidva suhtumise kasvatamisel ühiskondlikku omandisse.

Teadliku distsipliini kasvatamine.

Distsipliini ja distsiplineerituse mõiste. Lenin distsipliinist kui ühiskondlike tootmissuhete poolt tingitud nähtusest. Distsipliin A. Makarenko pedagoogilises süsteemis. Distsipliin ja käitumiskultuur. Distsiplineeritud käitumise kujunemise tingimused. Õpilaste individuaalsete erinevuste arvestamine; perekonna ja avalikkuse, pioneeri- ja komsomoliorganisatsiooni osa distsipliini kasvatamisel. Teadliku distsipliini kasvatamise meetodid.

Esteetiline kasvatus.

Esteetilise kasvatuses olemus ja selle osa igakülgsest arenenud inimese kasvatamisel. Esteetilise kasvatuses tingimused ja meetodid. Perekonna, kooli ja koolivälise asutuste osa esteetilises kasvatuses.

Kehaline kasvatus.

Kehaline kasvatus kui kommunistliku kasvatuses koostisosa. Kehalise kasvatuses ülesanded. Individuaalsete, vanuseliste ja sooliste erinevuste arvestamine kehalises kasvatuses. Kehalise kasvatuses vormid. Kehakultuur õppeainena.

Kasvatustöö organisatsioonilisi probleeme.

Kollektiiv kui kasvatuses tingimus. Komsomoli- ja pioneeriorganisatsioon koolis.

Kollektiivi mõiste. Kollektiivi osa isiksuse arengus. Õpilaskollektiivi iseärasused erinevatel vanuseastmetel. Koolikollektiiv ja algkollektiivid, nende vahetõrge. Koolikollektiivi loomise tingimused.

Komsomoli- ja pioneeriorganisatsiooni osa õpilaskollektiivis. Komsomoliorganisatsiooni struktuur, töö sisu ja organisatsioonilised vormid. Komsomolikoosolekute ettevalmistamine ja läbiviimine. Õpetaja ja komsomoliorganisatsioon.

Pioneeriorganisatsiooni struktuur. Pioneeriorganisatsiooni tegevuse põhiprintsiibid. Pioneeriorganisatsiooni töö sisu. Pioneeriorganisatsiooni juhtimine. Vanempioneerijuhi, rühmajuhi ja klassijuhataja osa pioneeritöös. Pioneeriorganisatsiooni töö suvel.

Klassi- ja kooliväline töö.

Klassi- ja koolivälise töö tähtsus. Klassivälise töö vormid. Õpetaja, klassijuhataja ja komsomoli- ning pioneeriorganisatsiooni osa klassi- ja koolivälises töös. Klassi- ja koolivälise töö planeerimine.

Klassijuhataja osa kooli kasvatusetegevuses.

Õpetaja klassijuhatajana. Klassijuhataja põhilised tööalad: õpilaste tundmaõppimine, õpilaskollektiivi kujundamine ja kasvatamine, õpetajate tegevuse koordineerimine, töö klassi lastevanematega. Klassijuhatajatund ja selle ülesanded. Kõlbeliste ülesannete käsitlemine klassijuhatajatunnis. Poliitinformatsioonid klassijuhatajatunnis. Klassijuhataja side internaadi ja pikapäevarühmade kasvatajatega. Klassijuhataja töö omapära töölisnoorte koolides ja tehnikumides. Töö planeerimine.

Kooli, kodu ja avalikkuse koostöö noorsoo kommunistlikul kasvatamisel.

Perekondlik kasvatus kui kommunistliku kasvatuselulise valdkond. Perekondliku kasvatuselise edukust mõjutavad tingimused. Vanematele pedagoogilise ettevalmistuse andmise põhilised teed. Kool kui kasvatusliku mõju kandja perekonda. Kooli ja kodu koostöö vormid.

D. DIDAKTIKA

Didaktika mõiste ja areng.

Didaktika mõiste ja struktuur. Didaktika seos filosoofia, psühholoogia ja loogikaga. Didaktika arengu tähtsamad etapid. Kodanliku didaktika kriitika. Nõukogude didaktika tähtsamad uurimissuunad.

Õppeprotsessi olemus ja seaduspärasused. Didaktika printsiibid.

Õppeprotsessi mõiste ja üldine iseloomustus. Õppeprot-

sess kui õpilaste ja õpetaja kommunikatsiooni protsess. Teadmiste, oskuste ja vilumuste andmine, õpilaste vaimsete võimete ja isiksuse arendamine õppeprotsessis. Õpetamise ja kasvatamise ühtsus. Õppetöö tõhususe mõiste. Õpetaja juhtiv osa õppeprotsessis.

Tunnetusprotsess õppimisel, selle analüüs marksistliku tunnetusteooria alusel. Õpilaste tunnetuslike võimaluste ratsionaalne kasutamine õppetöös. Motiivide kujundamine tunnetuslikuks tegevuseks. Õpilaste tunnetustegevuse astmed. Õpilaste aktiveerimine õppetöös.

Didaktika printsiibid. Didaktika printsiibi ja reegli mõiste. Näitlikkuse, süstemaatilisuse, teadlikkuse, aktiivsuse, jõukohasuse, teadmiste kindluse, individualiseerimise printsiip. Didaktika printsiipide ühtsus ja vastastikune seos õppeprotsessis.

Hariduse sisu.

Hariduse sisu mõiste. Hariduse sisu määravad tegurid. Materiaalse ja formaalse hariduse teooria.

Üldharidus kui teadusliku maailmavaate kujundamise alus. Hariduse teadusliku taseme tõstmine. Teaduste aluste õpetamise osa isiksuse vaimses arengus.

Polütehnilise hariduse olemus ja ülesanded. Polütehnilise hariduse seos üldharidusega. Õpilaste polütehnilise ettevalmistuse süsteem ja vahendid. Hariduse ühendamine tootva tööga.

Üldhariduskoolide õppeplaanid. Õppeplaani koostamise põhimõtted. Kooli diferentseerimise probleem tänapäeva nõukogude koolis ja kodanlikus koolis. Kehakultuur üldhariduskooli õppe- ja kasvatustöös. Tema seostatus teiste õppeainetega.

Õppeprogrammid. Teadus ja õppeaine. Õppeprogrammide teadusliku materjali valiku kriteeriumid.

Õppekirjandus, selle liigid. Pedagoogilised nõuded õppekirjandusele.

Õppetöö vormid.

Õppetöö organisatsioonilise korralduse mõiste. Õppetund kui organisatsioonilise korralduse põhivorm nõukogude koolis.

Erinevad töövormid tunnis: individuaalne, frontaalne ja rühmatöö. Nende omavaheline seos. Tundide tüübid ja struktuur. Õppetundide süsteem ulatuslikumate teemade kaupa. Ettevalmistus tunniks. Tunni tõhususe tõstmise teed. Kabinetisüsteem õppetöös.

Õppetöö teised organisatsioonilised võimalused: ekskursioonid, praktikumid, seminarid, konsultatsioonid, kodune töö.

Programmõppe olemus. Õpiprogrammide liigid. Programmeeritud õpikud ja õppematerjalid. Õpimasinad, perfokassett jt. seadised programmõppes.

Õppemeetodid.

Õppemeetodi mõiste. Õppemeetodite areng pedagoogikas. Õppemeetodid nõukogude koolis. Õpilaste iseseisvuse tõstmine ning õppemeetodid. Õppemeetodite klassifikatsioon: 1) õpetaja esituse meetodid (suuline esitus, demonstratsioon), 2) vestlus, 3) õpilaste iseseisva töö meetodid (töö raamatuga, harjutused, vaatlused, katsed, praktilised ja laboratoorsed tööd. Kino, raadio, televisiooni jt. tehniliste vahendite kasutamine õppetöös.

Õppemeetodite valiku printsiibid.

Õpilaste teadmiste, oskuste ning vilumuste kontroll ja hindamine.

Kontroll kui pedagoogilise protsessi orgaaniline osa. Kontrolli didaktiline ja kasvatuslik väärtus. Didaktilised nõuded õpilaste teadmiste, oskuste ja vilumuste kontrollile. Suuline ja kirjalik kontroll. Ainetestid. Enesekontrolli võtete õpetamine. Didaktilised nõuded hindamisele. Hinnete tähtsus ja liigid. Hinde kriteeriumid nõukogude koolis.

E. KOOLIKORRALDUSE PÕHIKÜSIMUSI

Kooli haldamine ja juhtimine.

Hariduselu haldamine Nõukogude Liidus. Juhtimisorganite süsteem. Koolisisese juhtimise alused. Kooli juhtkonna üles-

anded. Kooli töö planeerimine ja aruandlus. Õpetajate inst-
ruerimise vormid. Koolisisese kontrolli ülesanded ja meeto-
did. Õppenõukogu töö. Kohustuslik dokumentatsioon koolis,
klassis ja õpetajal.

K o r d a m i s k ü s i m u s e d

1. Pedagoogika aine, kasvatus mõiste.
2. Kasvatus ürgkogukondlikus ühiskonnas.
3. Kasvatus orjandusühiskonnas.
4. Kasvatus feodaalühiskonnas.
5. J.A. Komensky pedagoogiline tegevus ja vaated.
6. J. Locke'i pedagoogilised vaated.
7. J.J. Rousseau pedagoogilised vaated.
8. J.H. Pestalozzi pedagoogiline tegevus ja vaated.
9. A. Diesterwegi pedagoogilised vaated.
10. Utoopiliste sotsialistide pedagoogilised vaated.
11. K. Marxi ja Fr. Engelsi pedagoogilised vaated.
12. Vene revolutsiooniliste demokraatide pedagoogilised vaa-
ted.
13. K. Ušinski pedagoogilised vaated.
14. L. Tolstoi pedagoogilised vaated.
15. Eesti rahvusliku kooli tekkimine.
16. Fr. R. Kreutzwaldi ja C.R. Jakobsoni pedagoogilised vaa-
ted.
17. Kool kodanlikus Eestis.
18. V.I. Lenini pedagoogilised vaated.
19. N. Krupskaja pedagoogilised vaated.
20. A. Makarenko pedagoogilised vaated.
21. A. Makarenko pedagoogiline tegevus.
22. Nõukogude kool aastail 1917 - 1920.
23. Nõukogude kool 1921. - 1936. aastani.
24. Nõukogude kool 1937. - 1945. aastani.
25. Nõukogude kool 1945. aastast kuni tänapäevani.
26. Rahvahariduse areng sotsialistlikes maades.
27. Nüüdisaja kodanlikud pedagoogilised voolud.
28. Rahvaharidus kapitalistlikes maades.
29. Eksperiment pedagoogika uurimismeetodina.

30. Vaatlus- ja küsitlusmeetodid pedagoogika uurimismeetodina.
31. NIKP programm nõukogude rahva kommunistlikust kasvatus-
sest.
32. Pedagoogika kui teaduse allikad.
33. Pedagoogiliste teaduste süsteem.
34. Kommunistliku kasvatus eesmärk ja ülesanded.
35. Sünnipärase eelduste ja keskkonna osa inimese kujunemisel.
36. Soolised erinevused ja nende arvestamine.
37. Õpilase tundmaõppimise meetodid ja karakteristik koostamine.
38. Nõuded õpetajale.
39. Õpetaja töö juhtimisstiilid.
40. Õpetajate kvalifikatsiooni tõstmine ja koolisisene me-
toodiline töö.
41. Nõukogude rahvaharidussüsteemi ülesehituse põhimõtted.
42. Kommunistliku kasvatus printsiibid.
43. Kasvatuse tingimused.
44. Kommunistliku kasvatus praktilisse tegevusse lülitamise meetodid.
45. Vaadete ja veendumuste kujundamise meetodid kommunistlikus kasvatuses.
46. Kommunistliku maailmavaate kujundamine.
47. Ateistlik kasvatus koolis.
48. Nõukogude patriotismi ja rahvaste sõpruse kujundamine.
49. Kommunistliku töösse suhtumise kasvatamine.
50. Teadliku distsipliini olemus.
51. Teadliku distsipliini kasvatamine.
52. Nõukogude koolis lubatud ergutused ja karistused.
53. Esteetilise kasvatus olemus ja teostamine.
54. Kehaline kasvatus.
55. Kollektiivi mõiste ja selle osa isiksuse arengus.
56. Õpilaskollektiivi kujundamise teed.
57. Pioneeriorganisatsiooni töö põhiprintsiibid, sisu ja vormid.
58. Komsomoliorganisatsiooni töö põhiprintsiibid, sisu ja vormid koolis.

59. Vanempioneerijuhi, rühmajuhi ja klassijuhataja koostöö.
60. Klassijuhataja töö süsteem.
61. Poliitinformatsioon klassijuhatajatunnis.
62. Ettilised vestlused klassijuhatajatunnis.
63. Klassijuhataja töö lastevanematega.
64. Klassi- ja koolivälise töö ülesanded ja vormid.
65. Õppeprotsessi mõiste ja üldine iseloomustus.
66. Tunnetusprotsess õppetöös.
67. Jõukohasuse printsiip õpetamisel.
68. Süstemaatilise printsiip õpetamisel.
69. Teaduslikkuse printsiip õpetamisel.
70. Teadlikkuse ja aktiivsuse printsiip õpetamisel.
71. Näitlikkuse printsiip õpetamisel.
72. Vastastikuse rikastamise printsiip õpetamisel.
73. Süstemaatilise printsiip õpetamisel.
74. Õpetamise arendav iseloom.
75. Õpetamise kasvatav iseloom.
76. Formaalne ja materiaalne haridus.
77. Polütehniline haridus.
78. Õppeplaan ja nõuded selle ülesehitusele.
79. Tunniplaan ja nõuded selle ülesehitusele.
80. Õppeprogrammid ja nende koostamise põhimõtted.
81. Õppekirjandus ja didaktilised nõuded sellele.
82. Õppetöö vormide ajalooline areng.
83. Nõuded õppetunnile.
84. Õppetunni ettevalmistamine.
85. Tundide tüübid ja struktuur.
86. Õppeaine suulise esitamise meetodid.
87. Ekskursioon õppetöö vormina.
88. Õpilaste iseseisev töö tunnis.
89. Programmõpe ja selle didaktilised alused.
90. Õpilaste teadmiste suulise kontrollimise meetodid.
91. Õpilaste teadmiste kirjaliku kontrollimise meetodid.
92. Õpilaste teadmiste praktilise kontrollimise meetodid.
93. Õpilaste teadmiste hindamine.
94. Koolisisese kontrolli ülesanded ja meetodika.
95. Kooli juhtimine.
96. Hariduselu haldamine Nõukogude Liidus.

KEHALISE KASVATUSE TEOORIA JA METOODIKA

E e s m ä r k

Kehalise kasvatus teooria on teadus inimese kehalise arendamise üldistest seaduspärasustest. See on pedagoogiliste ainete tsükli üks põhidistsipliine. Kehalise kasvatus teooria asub paljude teadusharude piirimail - ta on tihedalt seotud ühiskonna- ja loodusteadustega ning sportlik-pedagoogiliste distsipliinidega. Kehalise kasvatus teooria ülesandeks ongi nende teadusalade saavutuste baasil formuleerida kehalise kasvatus pedagoogilisi seaduspärasusi.

Programmimaterjali omandamisest oleneb tulevase kehalise kasvatus spetsialisti tase. Kursuse raamides tutvub üliõpilane oma elukutse olemusega, kehalise kasvatus eesmärgi, ülesannete ja põhiprintsiipidega. Siin antakse ülevaade kehalises kasvatuses kasutatavatest vahenditest, õpetamise alustest, töövormidest jne. Tunduv osa programmist on pühendatud kehalise kasvatus ealisele metoodikale. Peale vahetult erialaliste küsimuste käsitletakse ka vaimse, kõlbelise ja esteetilise kasvatus iseärasusi kehalises kasvatuses.

Kehalise kasvatus teoorial kui parteiilisel teadusel on suur tähtsus üliõpilaste ideoloogilisel kasvatamisel. Kursuse raames omandatud teadmised ja oskused peavad konkreetse rakenduse leidma õppetöös sportlikel erialadel ning pedagoogilisel praktilisel koolides ja spordikollektiivides.

K u r s u s e ü l e s e h i t u s

Käesolev õppeprogramm esitab ühtsed nõuded nii statsionaarsetele kui ka kaugüliõpilastele. Selles leiavad käsitlemist Kommunistliku Partei ja Nõukogude valitsuse poolt keha-kultuuriliikumise ette püstitatud ülesanded, kehalise kasvatus nüüdisteooria ja -metoodika seisukohad ja nõuded keha-kultuurispetsialistide ettevalmistamise kvaliteedi suhtes.

Õppetöö mahust, tundide jaotusest ja nõuetest üliõpilastele annab ülevaate järgnev tabel.

Õppetöö vorm	Kokku tunde	Neist		Semester		Tunde nädalas (sem.)			
		Loenguid	Seminare	Eksam	Arvestus	4	5	6	7
Statsionaarne	80	44	36	5	4	3	2	-	-
Mittestatsionaarne	30	-	-	7	6	-	-	10	20

Neljandal semestril võetakse läbi programmi I osa: kehalise kasvatus teooria ja metoodika üldised alused, viiendal semestril aga II osa: ealise kehalise kasvatus teooria ja metoodika. Kuna viiendal semestril toimub ka kuuajaline pedagoogiline praktika üldhariduskoolides, siis eelneb sellele vahetult loengute tsükkel kehalise kasvatus teooria ja metoodika koolieas.

Õppetöö viiakse läbi loengute ja seminaride vormis. Loengutel käsitletakse programmi kesksemaid küsimusi ja sõlmprobleeme, seminaridel aga arutatakse iseseisvalt läbitöötatud materjali.

Seoses "sportliku treeningu aluste" kursuse sisseviimisega õppeplaanidesse käsitletakse neid küsimusi kehalise kasvatus teooria ja metoodika kursuse raamides vaid niivõrd, kui võrd see on vajalik kehalise kasvatus protsessist tervikliku ülevaate saamiseks.

P r o g r a m m

I. KEHALISE KASVATUSE TEOORIA ÜLDISED ALUSED

Kehalise kasvatus teooria aine ja teadusliku uurimise meetodid.

Kehalise kasvatus teooria lähtemõisted. Kehakultuur. Kehaline kasvatus kui ühiskondlik-pedagoogiline nähtus. Kehalise kasvatus tekkimise objektiivsed ja subjektiivsed põhjused. Kehaline kasvatus kui üks sotsiaalsete suhete sfäär. Kehaline areng kui kehalise kasvatus juhtimise objekt. Kehalise kasvatus süsteemi üldine mõiste. Kehakultuur.

Kehalise kasvatus teooria aine. Kehaline kasvatus kui teadusliku tunnetuse objekt; kehalist kasvatust uurivad teaduslikud distsipliinid. Kehalise kasvatus teooria kui teadus kehalise kasvatus üldistest seaduspärasustest.

Kehalise kasvatus teooria ja metoodika kui õppedistsipliin; tema seos õppeplaanis olevate teiste distsipliinidega.

Õpetus kehaliselt täiuslikest kommunismiehitajatest kui nõukogude kehalise kasvatus teooriat määravast sisust. Nõukogude rahva kehalise kasvatus praktika kui nõukogude kehalise kasvatus teooria tõepärasuse allikas ja kriteerium. Teooria tähtsus kehalise kasvatus praktikale.

Marksism-leninism - nõukogude kehalise kasvatus teooria ideoloogiline alus; nõukogude kehalise kasvatus teooria parteilisus.

Kehalise kasvatus teoorias kasutatavate põhiliste uurimismeetodite iseloomustus. Teoreetiline analüüs ja üldistus; kirjanduslike andmete analüüs ja üldistus; dokumentaalsete materjalide analüüs ja üldistus. Pedagoogiline uurimus. Pedagoogiline vaatlus kohese ja teiste informatsioonimeetodite kasutamisega. Eksperiment: loomulik, modelne, laboratoorne; pedagoogilise eksperimendi teostamise viisid.

Matemaatiliste meetodite kasutamine kehalise kasvatus teoorias.

Nõukogude kehalise kasvatus süsteemi üldine iseloomustus, eesmärk, ülesanded, üldised printsiibid ja määravad tunnused.

Nõukogude kehalise kasvatus süsteem kui uus ajalooline rahva kehalise kasvatus sotsiaalse organisatsiooni ja juhtimise tüüp, selle tähtsus teiste maade kehalise kasvatus süsteemide loomisel.

Nõukogude kehalise kasvatus süsteemi ideelis-teoreetiliste aluste üldine iseloomustus. Kommunistlik ideelisus kui sotsialistlikus süsteemis kajastuvate ideoloogiliste seisukohtade määrav tunnus.

Marksism-leninism kehalisest kasvatuses kommunistliku

kasvatuse süsteemis. NIKP juhtiv osa nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi arendamisel. Marksistlik-leninliku õpetuse igakülgsest arenenud kommunismiehitajate ettevalmistamisest loominguiline edasiarendamine NIKPKK programmilistes dokumentides ja määrustes.

Kehaliselt täiuslike kommunismiehitajate kasvatamine kui sotsialistliku ühiskonna objektiivne vajadus.

Kehalise kasvatuses eesmärk NSV Liidus. Kehalises kasvatuses lahendatavad üldised tervistuslikud, hariduslikud ja kasvatuslikud ülesanded.

Nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi printsiibid: kehalise kasvatuses seos töö- ja sõjaalase praktikaga, isiku igakülgne arendamine, tervistav suunitlus.

Nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi printsiipide ühtsus: nende tähtsus praktilisele ja tunnetuslikule tegevusele.

Üldine ettekujutus nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi teaduslik-metoodilistest alustest. Teaduslik põhjendatus kui kehalise kasvatuses programmide ja metoodika määrav tunnus.

Üleliiduline kehakultuurikompleks VTK - nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi programmiline ja normatiivne alus.

Nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi normatiivsed alused.

Üleliiduline kehakultuurikompleks VTK nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi programmilis-normatiivse alusena. VTK-kompleksi loomist tingivad sotsiaalsed faktorid. VTK-kompleksi ülesehituse printsiibid. Uue VTK-kompleksi osa nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi täiustamisel käesoleval etapil.

Nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi organisatsiooniliste aluste üldine iseloomustus. Kehalise kasvatuses teostamise riiklike ja ühiskondlike vormide ühtsus ning üldrahvalik iseloom kui Nõukogude Liidu kehalise kasvatusesüsteemi sotsiaalse organisatsiooni määrav tunnus.

Kehalise kasvatuses põhisuundade iseloomustus.

Kehalise kasvatus vahendid.

Kehalise kasvatus vahendite üldine iseloomustus.

Kehalised harjutused.

Kehaliste harjutuste sisu ja vormi mõiste. Harjutuste sisu kui määrav külg kehalises kasvatuses.

Liigutustegevustele omaste vormide (tehnika) üldine iseloomustus: keha asend ja tema osade paigutus, suund, amp-lituud, kiirus, liigutuste tempo ja rütm; liigutuste sooritamist tingivate jõudude koostöö. Nende tunnuste tunnetamise tähtsus kehalise kasvatus teooriale ja praktikale. Liigutuste tehnika põhimehhanismi ja detailide mõiste. Liigutustegevuse sisu ja vormi vastastikune seos.

Kehaliste harjutuste pedagoogiline tähtsus. Kehaliste harjutuste mitmekülgne mõju psüühikale, organismi looduslikele funktsioonidele ja kehaehitusele. Kehaliste harjutuste mõju ja üldist efektiivsust määravad põhilised tingimused (harjutajate vanuselised ja soolised iseärasused, nende kehaline ettevalmistus, kliimatilised ja muud tingimused). Metoodika osa kehaliste harjutuste otstarbekohasel kasutamisel.

Kehaliste harjutuste klassifikatsiooni mõiste. Kehaliste harjutuste klassifikatsiooni tähtsus (küsümise seisund ja klassifikatsiooni teadusliku uurimise perspektiivid). Kehalise kasvatus praktikas kasutatavate harjutuste klassifikatsioonide üldine iseloomustus.

Looduse tervistavad faktorid ja hügieenilised tingimused kehalise kasvatus vahenditena.

Looduslike faktorite tähtsus (päikese, vee ja õhu mõju) inimese kehalisele arengule, karastamisele ja tervistamisele. Nende kasutamise põhilised vormid kehalises kasvatuses.

Hügieeninõuded ratsionaalses elurežiimis ja harjutamisel.

Kehalise kasvatus põhilised küljed ja metoodilised printsiibid.

Kehalise kasvatus pedagoogilise protsessi põhilised küljed: liigutuste õpetamine, kehaliste võimete arendamine,

kõlbeliste ja esteetiliste omaduste ning intellektuaalsete võimete arendamine; nende üldine iseloomustus, vastastikune seos ja iseärasused.

Teadlikkuse ja aktiivsuse printsiip. Antud printsiibi olemus ja tema realiseerimise teed kehalises kasvatuses.

Näitlikkuse printsiip. Sellest printsiibist tulenevad seaduspärasused ja nende realiseerimise teed kehalises kasvatuses.

Jõukohasuse ja isikupärasuse printsiip. Faktorid, mis määravad pedagoogiliste nõuete vastavuse harjutajate võimetele; jõukohasuse määr ja meetodilised tingimused; nõuded õpetamise ja kasvatamise individualiseerimisele kehalises kasvatuses.

Süsteemaatilisuse printsiip. Tegevuse regulaarsust ja koormuste ning puhkuse ratsionaalset vaheldust tingivad seaduspärasused kehalises kasvatuses; tegevuse järjekindlust tingivad seaduspärasused; süsteemaatilisust iseloomustavad põhitunnused. Nõuete järkjärgulise tõstmise printsiip, nõuete järkjärgulise tõstmise vajadus (koormus jt.).

Kehalise kasvatusmeetodiliste printsiipide vastastikune seos.

Kehalise kasvatusmeetodid.

Kehalise kasvatusmeetodite üldine iseloomustus. Kehalise kasvatusmeetodi spetsiifilised meetodid; nende struktuurised alused (koormus ja puhkus kui kehalise kasvatusmeetodite koostis komponendid; liigutustegevuste reglementeerimise viisid ja teed liigutuste omandamiseks).

Rangelt reglementeeritud harjutamise meetodid. Nende põhilised tüübid ja variandid nii üksikliigutuste kui ka komplekssete tegevuste kasutamisel. Mängumeetod. Tema iseloomulikud jooned kehalises kasvatuses. Võistlusmeetod. Tema spetsiifilised jooned ja variandid.

Sõnameetod ja näitliku mõjustamise vahendid kehalises kasvatuses. Kehalises kasvatuses kasutatavate sõnalise ja näitliku mõjustamise põhiliste viiside ja meetodiliste võtete iseloomustus.

Liigutuste õpetamine.

Liigutuslik tegevus kui õpetamise aine kehalises kasvatuses. Liigutusvilumused ja -oskused kui õpetamise tulemus. Liigutuoskuste ja -vilumuste iseärasused ning erijooned inimese töö-, kaitse-, olme- ja spordialases tegevuses.

Liigutuoskuste ja -vilumuste kujunemise seaduspärasused õppeprotsessi korraldamise loomuliku alusena (liigutusvilumuste kujunemise, säilitamise ja "ülekande" ning tehnika ja kehaliste võimete vastastikuste seoste seaduspärasuste kasutamine õpetamisel).

Liigutuste õpetamise üldine struktuur. Vilumuse kujunemise staadiumide iseärasused, õpetamise ülesanded ja meetodika järgmistel etappidel: a) liigutuse tehnika esialgne omandamine, b) süvendatud õppimine, c) tehnika kinnistamine ja edasine täiustamine.

Liigutuste sooritamise kvaliteedi hindamise viisid.

Kehaliste (liigutuslike) võimete arendamine.

Kehaliste (liigutuslike) võimete üldine iseloomustus. Jõu (jõualaste võimete) arendamine. Jõud kui kehaline võime. Inimjõu sõltuvus liigutuste sooritamise tingimustest. Jõu kui inimese kehalise võime liigid. Lihasjõud ja kehakaal. Jõu hindamise meetodid.

Jõu arendamise meetodika alused. Ülesanded ja vahendid. Raskuste valik jõu arendamisel. Jõu arendamise põhiliste meetodiliste suundade iseloomustus. Isomeetriliste harjutuste kasutamine.

Nõuded jõuharjutuste sooritamisel. Hingamine jõuharjutuste sooritamisel. Keha asend jõuharjutuste sooritamisel. Üldise ja valikulise mõjuga harjutuste ühendamine.

Jõuharjutuste koht üksikus tunnis ja tundide süsteemis.

Kiiruse (kiiruslike võimete) arendamine. Kiirus kui kehaline võime. Kiiruse väljendusvormid (liigid) ja nende hindamise meetodika.

Liigutusreaktsiooni arendamise meetodika. Liht- ja liitreaktsioon. Reaktsioon liikuvale objektile, valikreaktsioon.

Liigutuskiiiruse arendamise metoodika. Vahendid, meetodid, puhkeintervallide probleem. Liigutuste kiiruse stabiiliseerumine ja selle vältimise teed.

Jõu ja tehnika osa kiiruse arendamisel.

Vastupidavuse arendamine. Vastupidavus kui kehaline võime. Väsimus ja vastupidavus. Vastupidavuse liigid. Vastupidavuse absoluutsed ja suhtelised näitajad. Vastupidavuse ülekanne. Mõiste "üldine vastupidavus".

Vastupidavuse arendamise metoodika alused. Koormuse kriteeriumid ja komponendid vastupidavuse arendamisel (harjutamise intensiivsus; harjutamise kestvus; puhkeintervallide pikkus; puhkuse iseloom; harjutamise korduste arv).

Aeroobse võimekuse tõstmise metoodika. Anaeroobse võimekuse tõstmise metoodika. Aeroobse ja anaeroobse võimekuse arendamiseks suunatud mõjustusvahendite ühendamine. Spetsiaalsed abinõud organismi stabiilsuse tõstmiseks sisekeskkonna ebasoodsate nihete vastu. Väline (kopsu-)hingamine ja vastupidavus.

Erialase vastupidavuse mõnede liikide arendamise iseärasused (erineva intensiivsusega tsüklilistes harjutustes, kahevõistluse aladel ja mängudes, jõuiseloomuga harjutustes).

Osavuse (koordinatsiooniliste ja nendega seotud võimete) arendamine. Osavus kui kehaline võime ja tema hindamise meetodid. Osavuse arendamise metoodika alused. Erivõimed (osavuse suhtes) ja nende arendamise metoodika. Tooniline, kiiruslik ja koordinatsiooniline pingeline ja võitlus sellega. Tasakaalu säilitamise võime ja selle täiustamise metoodika. Ruumitaju ja selle arendamine.

Painduvuse arendamine. Painduvus kui kehaline võime. Tema hindamise meetodid. Painduvuse arendamise ülesannete iseärasused, nende lahendamise vahendid ja meetodid.

Kehaliste võimete mitmekülgne arendamine kui ühtne protsess.

Kõlbeline, esteetiline, vaimne ja töökasvatus kehalises kasvatuses.

Kõikide kasvatusliikide seose objektiivne iseloom; kehalise ja vaimse arengu ühtsuse loomulik alus.

Kõlbelise kasvatuses ülesanded ja põhilised teed kehalises kasvatuses. Kommunismiehitaja moraalikodeks kui lähtealus nõukogude kehakultuurlaste ja sportlaste kõlbelise kasvatuses sisu määramisel. Kollektiivi kasvatuslik osa. Tahteliste omaduste kasvatamise metoodika kehalises kasvatuses. Enesekasvatus.

Vaimse kasvatuses ülesanded ja sisu kehalises kasvatuses. Mõtlemisaktiivsuse ja teiste intellektuaalsete omaduste kasvatamise vahendid ja teed kehaliste harjutustega tegelemisel.

Esteetilise kasvatuses ülesanded ja sisu kehalises kasvatuses. Esteetilise kasvatuses metoodika kehalises kasvatuses.

Kehalise kasvatuses osa töökasvatuses. Põhilised teed ja tingimused töökasvatuses ülesannete realiseerimiseks kehalise kasvatuses kaudu.

Kehalise kasvatuses vormid.

Kehalise kasvatuses vormide üldine iseloomustus sõltuvalt tegevuse sisust.

Tund ja tunnivälised kehalise kasvatuses vormid. Kehaliste harjutustega tegelemise sisu ja vormide vastastikune seos. Tunni struktuuri teoreetilised alused. Kehalise kasvatuses tunni ülesehituse iseärasusi tingivad füsioloogilised, psühholoogilised ja pedagoogilised faktorid. Tunni tüüpskeem.

Tunni ülesannete kindlaksmääramine. Tegevuse organiseerimise metoodika ja koormuste doseerimine.

Õpetaja ettevalmistus tunniks. Tunni pedagoogiline hinnang. Tundide vastastikune seos ja nende ajalised dünaamikat määravad üldised seisukohad.

Üldettevalmistav ja elukutselis-rakenduslik suund kehalises kasvatuses.

Üldine kehaline ettevalmistus.

Üldine kehaline ettevalmistus (laias mõttes) kui kehalise kasvatuses põhiline liik. Üldise kehalise ettevalmistuse ülesannete ja sisu sõltuvus nõukogude ühiskonna ühiskondlik-poliitilisest struktuurist. Üleliiduline kehakultuurikompleks "Valmis tööks ja NSV Liidu kaitseks" kui elanikkonna üldise kehalise ettevalmistuse programmis-normatiivne alus. Üldise kehalise ettevalmistuse vahendid, meetodid ja vormid. Elukutselis-rakenduslik kehaline ettevalmistus.

Rakendusliku kehalise ettevalmistuse olemus, iseärasused ja koht nõukogude kehalise kasvatuses süsteemis.

Spetsiaalsele kehalisele ettevalmistusele esitatavad põhinõuded ja nende olenevus elukutselis-töölalasest tegevusest.

Kehalise kasvatuses ülesannete, vahendite, vormide ja meetodite alused rakenduslikus kehalises ettevalmistuses.

Sportlik treening kui kehalise kasvatuses spetsialiseeritud protsess³⁶. Sportliku treeningu mõiste. Sportliku treeningu ja sportlase ettevalmistuse suhe. Treenituse, ettevalmistuse ja sportliku vormi mõisted.

Sportlikus treeningus lahendatavad ülesanded. Sportlase ettevalmistuse põhilised küljed ja nende koht treeningus. Sportlikule treeningule tüüpilised vahendid, meetodid ja tegevuse vormid.

Sportliku treeningu spetsiifilised seaduspärasused ja kehalise kasvatuses üldiste printsiipide peegeldus neis.

Treeningu ülesehituse üldised alused. Tema struktuuri mõjustavad faktorid ja tingimused. Treeningu mikro-, mezo- ja makrostruktuur. Treeningu ülesehitus ettevalmistaval, võistlus- ja üleminekuperioodil.

³⁶Antud lõiku käsitletakse lühendatult, kokkuvõtlikul kujul kui kehalise kasvatuses üht spetsiifilist osa. Põhjajaliku käsitluse leiavad küsimused "Sportliku treeningu aluste" kursusel.

Sportlik treening kui aastatepikkune protsess. Selle tee põhiastapid. Treeningu struktuuri ja sisu muutuste põhitendentsid nendel etappidel.

Planeerimine ja pedagoogiline kontroll kehalises kasvatuses.

Planeerimine ja pedagoogiline kontroll kui kehalise kasvatus korraldamise vajalikud tingimused.

Planeerimise teoreetilised alused ja tehnoloogia. Planeerimise tüüpdokumentide koostamise kord. Dokumentide tähendus ja neile esitatavad põhinõuded (õppeplaan, õppeprogramm, tundide graafik, tööplaan, tunniplaan, tunnikonspekt jne.).

Pedagoogiline kontroll. Tema objektid, vormid ja meetodid. Eelneva, jooksva ja lõpparvelduse teoreetilised alused ning tehnoloogia. Enesekontroll, selle vormid ja meetodid. Pedagoogilise ja arstliku kontrolli vastastikune seos.

II. EALINE KEHALISE KASVATUSE TEORIA JA METOODIKA

1. lõik. Laste kehaline kasvatus (kuni 17. eluaastani).

Vara- ja eelkooliealiste laste kehalise kasvatus alused.

Vara- ja eelkooliealiste laste kehalise kasvatus ülesanded. Kehalise kasvatus vahendid. Kehalise kasvatus vormid ja meetodika lastesõimedes, -aades, perekonnas ja ühiskondlikes organisatsioonides. Liigutuste õpetamise ja kehaliste võimete arendamise adekvaatsed meetodid eelkoolieas. Moraalsete ja tahteomaduste, esteetilise maitse ning vaimsete võimete arendamine kehalises kasvatuses eelkoolieas.

Kehaline kasvatus koolieas.

Kehalise kasvatus eesmärk, ülesanded ja vahendid noo-

remas, keskmises ja vanemas koolieas. Nõukogude kehalise kasvatusesüsteemi printsiipide rakendamine kooliealiste laste kehalise kasvatuses praktikas.

Üleliiduline kehakultuurikompleks "Valmis tööks ja NSV Liidu kaitseks" kui laste kehalise kasvatuses programmilis-normatiivne alus. VTK-kompleksi I, II ja III astme iseloomustus. Noorema, keskmise ja vanema kooliea kehalise kasvatuses alase töö organiseerimise põhisuunad ja vormid. Lastes kehalise kasvatuses erinevates vormides pedagoogilised võimalused. Kooli kui õppe-kasvatusasutuses osa sirguva põlvkonna kehalises kasvatuses.

Kehalise hariduse ja kehaliste võimete arendamise iseärasused koolieas.

Liigutuste õpetamise ning kiiruse, jõu, vastupidavuse, osavuse ja painduvuse arendamise meetodika nooremas, keskmises ja vanemas koolieas.

Kooliõpilase rühi kasvatamine.

Kehaline kasvatus kui aine üldhariduskooli õppeplaanis.

Aine "kehaline kasvatus" sisu ja spetsiifika koolis, tema seos teiste ainetega. Kehalise kasvatuses programmi iseloomustus, programmi ülesehitus, tundide jaotus, programmi materjali sisu klassides kaupa, tema järjepidevus õppeaastates järgi. Üleliidulise kehakultuurikompleksi VTK nõuded, harjutused ja normatiivid IV-VIII ja IX-XI klassides programmides.

Põhilised nõuded kehalise kasvatuses tunnile kui õppe-kasvatustsükliks koolis. Koolitundides eriliigid struktuuri ja sisu järgi.

Õpetaja ettevalmistus tunniks. Kehalise kasvatuses tunni ülesehitus ja läbiviimise meetodika koolis. Õpilaste tegevuse juhtimise ja organiseerimise meetodid. Koormuse reguleerimine koolitunnis. Tingimused, milledest oleneb huvitav tund. Kodused ülesanded.

Tunni organisatsioon ja meetodika erinevatesse meditsiinilistesse gruppidesse kuuluvates õpilastega. Kehalise

kasvatuse tunni koht kooli õppepäeva süsteemis ja seos teiste õppeainete tundidega.

Õppe-kasvatustöö planeerimine kehalise kasvatuse tundides; nõuded õppeprotsessi graafiku, tööplaani ja tunniplaani koostamiseks. Õpilaste õppeedukuse arveldus (eelnev, jooksev ja lõpparveldus). Kehalise kasvatuse tundide seos teiste kehalise kasvatuse vormidega koolis.

Fakultatiivtunnid kehalise kasvatuse teoorias ja praktikas kui iseseisev õppe-kasvatustöö vorm VII-VIII ja IX-XI klasside õpilastele. Õppeprogrammide iseloomustus. Fakultatiivtundide ülesanded, organisatsioon, sisu, metoodika ja töö planeerimine.

Kehaline kasvatus väljaspool kooli õppeplaani.

Kehakultuurilised üritused kooli õppepäeva režiimis. Õppe-eelse võimlemise tähtsus ja sisu, selle läbiviimise metoodika. Kehakultuuriminuti tähtsus, sisu ja läbiviimise metoodika üldhariduslike ainete ja tööõpetuse tundides. Mängude ja sportlike meelelahutuste tähtsus suurel vahetunnil ja pikapäevarahvama töös (harjutuste valik ja läbiviimise metoodika).

Klassiväline (vabatahtlik) töö kehalises kasvatuses. Kooli kehakultuuri kollektiiv (spordiklubi), selle osa ülekoolilises pedagoogilises protsessis, vabatahtlikus kehakultuurialases tegevuses. Vabatahtliku kehakultuuritöö põhiliste lõikude iseloomustus; tegevus spordi- ja üldise kehalise ettevalmistuse sektiioonides; spordivõistlused; jõudeaja organiseerimine üksikutes klassides (õpilaste massiline kaasaaramine) tundidest vabal ajal ja õppetöö vaheaegadel. Kehakultuuri aktiivi ettevalmistamine õpilaste hulgast.

Klassivälise töö planeerimine ja arveldus.

Kehaline kasvatus eri tüüpi koolides.

Kehalise kasvatuse iseärasused internaatkoolides, metssa- ja erikoolides; kutsekoolides ja kesk-eriõppeasutustes.

Kehaline kasvatus koolivälistes lasteasutustes.

Koolivälise töö ülesanded laste kehalises kasvatuses. Laste kehalise kasvatuselise koolivälise töö kaks põhivormi; nende lühike iseloomustus. Kehakultuuri- ja spordialase töö iseärasused laste ja noorte spordikoolides (LNSK), sportlik-tervistavates laagrites (suvistes ja talvistes), turismibaasides, kultuurimajades ja -paleedes, kultuuri- ja puhkeparkides, majavalitsustes jne.

Pioneerorganisatsiooni osa noore põlvkonna kehalisel ja kõlbelisel kasvatamisel. Põhilised pedagoogilised seisukohad, millest juhindub pioneerorganisatsioon kehalise kasvatuselises töös. Pioneerisalkade tegevuse organisatsioon ja sisu kehalises kasvatuses õppeaasta vältel koolis ja pioneerilaagrites.

Laste kehaline kasvatus perekonnas.

Perekonna osa laste kehalises kasvatuses. Koolilapse õige elukorra organiseerimine perekonnas (õppäevane režiim, hügieenireeglite täitmine, laste karastamine). Kehalised harjutused koolilapse koduses elus. Perekonna, kooli, koolivälise lasteasutuste ja organisatsioonide "ühisrinne" laste kehalise kasvatuselise teostamisel. Lastevanemate osa terve ja sisuka puhkeaja organiseerimisel laste elukohas.

Laste spordi pedagoogilised alused.

Sport - õpilaste mitmekülgse kasvatuselise üks vajalik vahend. Õpilastega korraldatava sportliku tegevuse tervistav, hariduslik ja kasvatuslik tähtsus. Laste ja noorukite spordi rekreatiivsed ülesanded ja sotsiaalsed funktsioonid. Õpilastega harrastatavad spordialad.

Massispordi iseärasused. Spordi elementide (spordi meetodi) kasutamine koolis, väljaspool kooli, noorema, keskmise ja vanema kooliea laste igapäevases tegevuses. Episoodilised ja süstemaatilised massispordi vormid.

Üleliidulise kehakultuurikompleksi VTK osa ja tähtsus laste spordi arendamisel.

Laste ja noorukite ettevalmistus tippspordiks **LNSK**, spordiinternaatkoolide jne. kaudu. Lai üldine kehaline kasvatus kui eeldus spetsialiseeritud tegevuseks noorsportlastega. Spetsialiseerumise algtähtajad spordialadel. **LNSK** õpilaste komplekteerimise süsteem.

Sportliku treeningu ülesehituse etapid töös lastega. Üldise ja erialalise kehalise ettevalmistuse ning kehalise ja tehnilise ettevalmistuse suhe treeningu üksikutel etappidel ja erinevatel perioodidel. Tingimuste kergendamine spordi tehnika ja taktika aluste õppimisel, optimaalsete treeningukoormuste kindlustamine töös noorte sportlastega. Sporditehnika taseme kontroll. Spordivõistluste vastavus noorsportlaste treeningu iseärasustele. Kasvatustöö noorsportlastega, selle eduka teostamise tingimused spordikollektiivis.

2. lõik. Täiskasvanute kehaline kasvatus (18-a. ja vanemad)

Kehalise kasvatus ülesanded ja kehakultuuri koht täiskasvanud elanikkonna elus.

Täiskasvanute kehalise kasvatus spetsiifikat tingivate vanuseliste iseärasuste iseloomustus. Täiskasvanute kehalise kasvatus spetsiifikat tingivad sotsiaalsed faktorid erinevatel eluperioodidel.

Kehalise kasvatus ülesanded organismi arengu, suhtelise stabiilsuse ja vananemise perioodil.

Kehakultuuri juurutamine täiskasvanute igapäevasesse ellu - nõukogude kehakultuuriliikumise üks tähtsamaid ülesandeid; kehakultuuri juurutamise küsimused inimeste olmesse NIKP KK ja NSVL MN määrustes. Kehakultuuri sisu ja vormid inimese ajabüüdis. Kehakultuuri juurutamise tervistuslik, kasvatuslik, majanduslik ja riigikaitsealine tähtsus inimese olmes.

Üleliidulise kehakultuurikompleksi "Valmis tööks ja NSV Liidu kaitseks" osa täiskasvanute kehalises kasvatuses.

Täiskasvanute kehalise kasvatuses meetodika põhisuunad ja alused.

Faktorid ja tingimused, mis nõuavad kehalise kasvatuses organiseerimist erinevates suundades. Kehalise kasvatuses suundi ja vorme tingivad sotsiaal-majanduslikud faktorid, inimeste vanuselised iseärasused, nende tervislik seisund, kehalise ettevalmistuse tase, huvid, ühiskondlik-töölase tegevuse iseloom ja kehalise kasvatuses organiseerimise tingimused. Kehalise kasvatuses suundade ja vormide mitmekesisus kui kehakultuuri üldrahvaliku iseloomu vajalik tingimus.

Hügieenilise suunitlusega kehaline kasvatus. Selle suunaga haaratava kontingendi iseloomustus. Selle suuna tähtsus inimese terve eluviisi organiseerimisel. Hügieenilise suunitlusega kehalise kasvatuses ülesanded, sisu, tüüpilised iseärasused, vormid ja meetodika.

Kehakultuur vaba aja veetmisel. Selle suunaga haaratava kontingendi iseloomustus. Antud suuna sotsiaalne tähtsus NIKP KK otsuste valgusel. Kehalise kasvatuses vahenditega sisustatud vaba aja tähtsus tervistustlike ja üldkasvatustlike ülesannete lahendamisel. Vaba aja organiseerimise vormid. Vaba aja ürituste sisu ja meetodika.

Üldine kehaline ettevalmistus. Selle suunaga haaratava kontingendi iseloomustus. Üleliidulise kehakultuurikompleksi "Valmis tööks ja NSV Liidu kaitseks" osa ja koht täiskasvanute üldises kehalises ettevalmistuses. VTK-kompleksi astmete "Kehaline täiuslikkus" ning "Reipus ja tervis" iseloomustus. Töö vormide ja meetodika tüüpilised iseärasused elanikkonna üldises kehalises ettevalmistuses.

Sportliku suunitlusega (massisport) kehaline kasvatus. Selle suunaga haaratava kontingendi iseloomustus. Massisporti ülesanded ja vormide iseloomustus. Töö sisu ja meetodika sportliku suunitlusega massilises kehakultuuriliikumises.

Sportdivõistluste liikide iseloomustus ja nende tähtsus massisportis.

Elukutselise-rakendusliku suunitlusega kehaline kasvatus. Selle suunitlusega haaratava kontingendi iseloomustus. Antud

suunitluse sotsiaalne tähtsus. Tööviljakuse tõstmise teed kehaliste harjutuste abil. Elukutselise suunitlusega kehalise kasvatususe vormid täiskasvanutel.

Täiskasvanud elanikkonna erinevate kontingentide kehalise kasvatususe iseärasused.

Üliõpilaste kehaline kasvatus.

Kehaline kasvatus kui õppeaine kõrgkoolide õppeplaanis. Üliõpilaste kehalise kasvatususe ülesanded ja organiseerimise vormid. Üliõpilaste kehalise kasvatususe programm. Üleliiduline kehakultuurikompleks "Valmis tööks ja NSV Liidu kaitseks" üliõpilaste kehalises kasvatuses. Üliõpilaste kehalise kasvatususe ülesanded, sisu ja metoodika ettevalmistus-, spordi- ja eriosakondades. Koondosakonnad spordialadel.

Üliõpilaste kehaline kasvatus õppevälisel ajal. Ülesanded, põhisuunad ja organisatsioonilised vormid.

Töötava elanikkonna kehaline kasvatus.

Töötajaskonda haaravate "tervisgruppide", üldise kehalise ettevalmistuse sektsioonide, VTK õppegruppide, spordierialasektsioonide ja spordikoolide kehalise kasvatususe programmide iseloomustus. Üleliiduline kehakultuurikompleks VTK ja üleliiduline ühtne spordiklassifikatsioon täiskasvanute kehalise kasvatususe programmides.

Täiskasvanute kehalise kasvatususe korraldamise iseärasused. Õppegruppide komplekteerimine olenevalt osavõtjate koosseisust ja kehalise kasvatususe suunitlusest. Arstlik-pedagoogiline kontroll.

Kehalise kasvatususe iseärasused organismi vananemise perioodil.

Teaduslikud andmed vananemise profülaktika võimalustest kehalise kasvatususe vahenditega. Kehalise kasvatususe ülesanded organismi involutsiooniliste muutuste perioodil; antud kon-

tingendi kehalise kasvatuse adekvaatsete vahendite, põhiliste suundade ja vormide iseloomustus. Kehalise kasvatuse organiseeritud tegevuse metoodilised iseärasused organismi vananemise perioodil.

K o r d a m i s k ü s i m u s e d

A. Kehalise kasvatuse teooria üldised alused.

1. Kehalise kasvatuse teooria põhimõisted "kehaline areng", "kehaline kasvatus", "kehaline haridus", "kehaline täiuslikkus", "kehakultuur".
2. Kehalise kasvatuse teooria aine.
3. Kehalise kasvatuse teoorias kasutatavad põhilised uurimismeetodid.
4. Nõukogude kehalise kasvatuse süsteemi olemus ja tema koostisosad.
5. Kehalise kasvatuse eesmärk ja ülesanded.
6. Nõukogude kehalise kasvatuse süsteemi põhiprintsiibid.
7. Üleliiduline kehakultuurikompleks VTK.
8. Kehaliste harjutuste sisu ja vorm. Liigutuste vormi (tehnik) üldine iseloomustus.
9. Kehaliste harjutuste pedagoogiline tähtsus.
10. Kehaliste harjutuste klassifikatsioon.
11. Looduse tervistavad faktorid ja hügieenilised tingimused.
12. Õpetamise printsiibid kehalises kasvatuses.
13. Kehalise kasvatuse meetodite struktuursed alused (koormus ja puhkus, liigutuste reglementeerimise viisid ja teed).
14. Praktilised (harjutamise) meetodid.
15. Sõnameetodid ja näitliku mõjustamise vahendid.
16. Liigutusoakused ja -vilumused, nende kujunemise seaduspärasused.
17. Liigutuste õpetamise üldine struktuur.
18. Kehaliste võimete (jõud, kiirus, vastupidavus, osavus, painduvus) üldine iseloomustus ja arendamise metoodika.

19. Kõlbelise, vaimse, esteetilise ja töökasvatuse ülesanded ja sisu kehalises kasvatuses.
20. Kehalise kasvatuse tunni struktuur. Tunni analüüs.
21. Üldettevalmistav ja elukutselis-rakenduslik kehaline ettevalmistus.
22. Sportlik treening kui kehalise kasvatuse spetsialiseeritud protsess.
23. Planeerimise alused ja tehnoloogia.
24. Pedagoogilise kontrolli objektid, vormid ja meetodid.

B. Ealine kehalise kasvatuse teooria ja metoodika.

1. Kehalise kasvatuse ülesanded, vahendid, vormid ja metoodilised iseärasused eelkoolieas.
2. Kehalise kasvatuse eesmärk, ülesanded ja põhilised iseärasused nooremas, keskmises ja vanemas koolieas.
3. Üldhariduskooli kehalise kasvatuse programm.
4. Kooli kehalise kasvatuse tund, selle ülesehitus ja metoodika.
5. Õppetöö planeerimine kehalises kasvatuses.
6. Õpilaste hindamine.
7. Kehakultuurilised üritused kooli õppepäeva režiimis.
8. Klassivälise töö ülesanded, vormid ja metoodilised iseärasused.
9. Koolivälise kehalise kasvatuse ülesanded, vormid ja metoodilised iseärasused.
10. Kehaline kasvatus pioneeriorganisatsioonis.
11. Kehaline kasvatus perekonnas.
12. Laste spordi pedagoogilised alused.
13. Kehalise kasvatuse ülesanded ja koht täiskasvanute elus.
14. Täiskasvanute kehalise kasvatuse põhisuunad.
15. Kehalise kasvatuse ülesanded, vormid ja iseärasused kõrgkoolis.
16. Töötajaskonna kehaline kasvatus, töö vormid ja kontingendi iseloomustus.
17. Kehaline kasvatus organismi vananemise perioodil, kontingendi iseloomustus, vahendid ja metoodilised iseärasused.

K i r j a n d u s

Kohustuslik

1. Nõukogude Liidu Kommunistliku Partei Programm. Tln., 1974.
2. NIKP XXV kongressi materjale. Tln., 1976.
3. "Valmis Tööks ja NSV Liidu Kaitseks" (VTK). Tln., 1972.
4. Üleliiduline ühtne spordiklassifikatsioon 1973-1976. Tln., 1974.
5. Mäepalu, E. Sissejuhatus kehalise kasvatuse teooriasse. Tartu, 1970.
6. Mäepalu, E. Kehaliste harjutuste õpetamine. Tartu, 1974.
7. Peebo, E. Kehalisest kasvatusest eelkoolieas. Tartu, 1974.
8. Kooli kehalise kasvatuse tund ja selle metoodika. Tartu, 1970.
9. Kooli kehalise kasvatuse programmid. Tln., 1975.
10. Теория и методика физического воспитания. Учебник для институтов физической культуры. Под общ. ред. А.Д. Новикова и Л.П. Матвеева. Т. I и III. М., 1957 и 1968.

Täiendav

1. Abiks VTK normide sooritajaile. Tln., 1975.
2. Книга учителя физической культуры. Под ред. В.С.Каюрова. М., 1973.
3. Физическая культура для лиц среднего и старшего возраста. М., 1961.
4. Советская система физического воспитания. М., 1975.

KASVATUSTÖÖ METOODIKA SPORDIKOLLEKTIIVIS

Kehakultuuriteaduskonna III kursusele loetakse erikursusena "Kasvatustöö metoodika spordikollektiivis" valikprobleeme pedagoogikast 2 tundi nädalas ja viiakse läbi seminare ning järgmised praktilised tööd.

1. Ühe loenguteksti koostamine ja õppejõu valikul esinimine seminaris.
2. Loenguteksti analüüs kaasüliõpilase poolt.
3. Auditooriumi analüüs mõnele loengule.
4. Eesti Raadio Tartu stuudio tegevusega tutvumine. Esinimine mikrofoni ees.
5. Eesti Televisiooni Tartu stuudio külastamine. Ülevaade spordikommentaatori tööst. Televisioonikaamerate ees esinemise eripära.
6. Kohtumine raskestikasvatatavate õppeasutuse kasvatusala juhatajaga. Kehakultuuri osa raskestikasvatatavate õpilaste ümberkasvatamisel.
7. Kollektiivi karakteristikate koostamine (koolipraktika andmete alusel).
8. Seksuaalkasvatusalaste filmide vaatamine, metoodilised juhised nende koostamiseks.

Kursus lõpeb arvestusega.

K i r j a n d u s

1. Avalik kõne. Tln., 1973.
2. Sotsiaalsühholoogia ja propaganda. Tln., 1973.
3. Kollektiiv, õpilane, õpetaja. Õppematerjal. Tln., 1973.
4. Koduse kasvatus küsüsimusi. Tln., 1956.
5. Alkoholivastasest selgitustööst noorte seas. Tln., 1975.
6. Klassijuhataja ja seksuaalkasvatus. Metoodilist abimaterjali keskeriõppeasutuste klassijuhatajatele. Tln., 1975.
7. Eesti NSV Haridusministeeriumi programm isikliku hügieeni alal. Tln., 1969.

VALITUD KÜSIMUSE PEDAGOOGIKAST

(30 tundi)

I. Kõneoskus.

1. Sissejuhatus kursusesse. Kõneoskuse omandamise tähtsus. Kõneoskuse osa seltakondlikus suhtlemises. Kõneoskus tänapäeva ideoloogilise võitluse ja teadmiste levitamise vahendina. Kõneoskus kehakultuurialases propagandatöös. Kõneoskuse osast üliõpilaste ühiskondlik-poliitilise praktika ja pedagoogilise praktika läbiviimisel.

2. Esinemise sisulised lähtealused. Marksistlik-leninlik teooria kui esinemise metodoloogiline lähtealus. Esinemise ideelisus. Esinemise teaduslikkus. Aktuaalsus. Seose vajalikkus praktikaga. Loengu kasvatuslik iseloom. Esinemise sihipärasus, printsiipiaalsus, veenvus. Esinemise võitlevus.

3. Loenguks valmistumine. Loengule esitatavad psühholoogilised ja pedagoogilised nõuded. Loengu ja ettekande koostamise metoodika. Teema valik. Loengu eesmärk. Loengu või ettekande struktuur. Loengu esialgne plaan. Materjali kogumine ja liigendamine. Laiendatud plaani koostamine. Loengu põhiosad. Loengu vormistamine. Sõnaline tekst. Täpsustatud kava. Märklauseline ettevalmistus. Teesid. Prooviloeng. Loenguga esinemine.

4. Kõneleja esinemis- ja kõnekultuurist. Lektori isik. Kõneleja käitumisele ja välimusele esitatavad nõuded. Esinemiskohale minek, esinemiskoha valik. Õestid ja miimika. Liikumine kõnelemisel. Kõneleja hääli, intonatsioonid, tempo. Avaliku kõne keeleline külg. Võõrsõnade ja tsitaatide kasutamine. Argoo- ja parasiitsõnade vältimise vajalikkus. Kõnet elustavad keelelised ja stiililised vahendid: näited, võrdlused, vanasõnad, ajaloolised väljendid, kordused, retoorilised küsimused. Instseneeringud. Huumor kõnes.

5. Loengu esitamisest. Esinemisel saavutatava kontakti esialgsest prognoosimisest. Esinemise algus kui oluline mo-

ment kontakti saavutamisel. Auditooriumi psühholoogilisest mõjutamisest loengu käigus. Kuulajate aktiveerimise võimalustest. Tüüpilised esinemisvead. Esinemise lõpetamine. Esinemisjärgne metoodiline analüüs.

6. Avaliku esinemise näitlikustamisest. Näitlikustamise psühholoogiline põhjendus aine, kuulaja ja esineja aspektist. Näitlikkuse liigitus. Näitlikkuse kasutamise põhireeglid. Tahvel ja kriit näitlikustamise vahendina. Kõõlmaterjal, selle koostamine ja kasutamine näitlikustamisel. Tehnilised näitlikustamise vahendid, nende liigitus. Diapositiivide ja diafilmide kasutamisest.

7. Esinemine massikommunikatsioonivahendite kaudu. Raadio ja televisiooni osa nüüdisühiskonnas. Esinemine mikrofonis ees. Esinemiste lindistamine. Telekaamerate ees esinemise eripära. "Kaamerakramp" ja selle vältimise teid. Visuaalse näitlikkuse vajadus televisioonile kaastöö tegemisel. Kaastöö tegemine ajakirjandusele. Põhilised kaastöö vormid ja neile esitatavad nõuded.

8. Koosoleku juhatamise metoodika. Koosoleku koht ja osa sotsiaalse juhtimise süsteemis. Koosolekute liigid: tootmisnõupidamised, aktiivi koosolekud, üldkoosolekud, aruandekoosolekud, aruande-valimiskoosolekud. Koosolekute staadiumid: koosoleku avamine, rakendamine, päevakorra läbiviimine, lõpetamine. Koosoleku juhataja roll ja ülesanded koosoleku eesmärgi saavutamisel ja mikrokliima kujundamisel. Koosoleku protseduuri reeglid staadiumide kaupa. Valimiste protseduuri reeglid.

II. Kollektiivi kasvatamine.

Kollektiivi mõiste. Sotsialistliku õpilas- ja kehakultuurikollektiivi ühiskondlik iseloom. Kollektiivi osa isiksuse arengus. Õpilaskollektiivi iseärasused erinevatel vanuseastmetel. Algkollektiiv ja koolikollektiiv. Kollektiivi loomise tingimused. Algkollektiivi mikrostruktuur. Kollektiivi organiseerimise ja kasvatamise põhietapid. Kollektiivi

kujundamist takistavad tegurid. Avalik arvamus kollektiivis. Kollektiivi au. Traditsioonid kollektiivis. Suhtlemine teiste kollektiividega. Kollektiivi tundmaõppimise meetodid. Õpilasarühmade sotsiaalsetest tüüpidest.

III. Raskestikasvatatavus ja ümberkasvatamine.

Raskestikasvatatavuse mõiste. Raskestikasvatatavuse põhjused. Raskestikasvatatava lapse psüühika: tarbed, väärtused, normid, hinnangsuhtumised, emotsioonid, oma "mina" käsitus. Lapsepoolsed eeldused, mikro- ja makromiljöö mõju raskestikasvatatavuse puhul. Ümberkasvatamise põhinõuded. Kehakultuuri osa ümberkasvatamisel. Teha kindlaks muutuste iseloom ja põhjused. Pidurdada ja kaotada väärad suhtumised. Luua soodsad tingimused uute, positiivsete külgede kujundamiseks. Arendada pidurdust. Ülekasvanute klassid. Eriréžiimiga koolide osa ümberkasvatamisel.

IV. Treeneri, kehakultuuriõpetaja suhted lastevanematega.

Perekonna asend noorte kasvatamise süsteemis. Perekondlik kasvatus kui kommunistliku kasvatuselooluline valdkond. Perekondliku kasvatuseloolusest mõjutavad tingimused. Vanemate pedagoogiline mõjustamine. Õpetaja ja treeneri koostöö vormid koduga.

V. Seksuaalkasvatus ja perekonnaeluks ettevalmistamine.

Seksuaalkasvatuse mõiste, eesmärk ja ülesanded. Seksuaalkasvatus kui eetilise kasvatuselooluse koostisosa. Faktorid, mis on muutnud seksuaalkasvatuse aktuaalseks: aktseleratsioon, urbanisatsioon, emantsipatsioon. Seksuaalkasvatus sotsialistlikes ja kapitalistlikes riikides.

Laste ja noorte seksuaalne areng. Seksuaalne areng kuni 7. eluaastani. Lastevanemate ülesanded seksuaalkasvatuselooluses. Noorem kooliiga. Seksuaalprobleemid nooremas koolieas. Mürsikuea iseloomustus: sisesekreetsiooninäärmete osatähtsus, füüsiline ja psüühiline arenemine. Murdeea põhiomadused. Suguline küpsemine. Menstruatsioon, pollutsioon. Hügieen mur-

deedas. Murdepaliste omavahelised suhted. Murdeealiste seksuaalprobleemid. Seksuaalkasvatus murdeedas, selle seostatus eetilise kasvatuses. Kehalise kasvatuses osa murdeedas. Seksuaalne areng vanemas koolieas. Noorukiea seksuaalprobleemid. Varased seksuaalvahekorrad. Juhuslike suguliste vahetõrgete tagajärjed. Rasestumise ja sünnituse kahjulikkus varases nooruses. Rasestumisest hoidumine ja selle vahendid. Suguhaigused. Noorte sõprus, seltsimehelikkus, noorusarmastuse spetsiifika. Partneri tundmaõppimise vajalikkus. Perekonk kui sotsialistliku ühiskonna algrakk. Tingimused perekonna loomiseks: vaimne, füüsiline ja sotsiaalne kipsus, materiaalne kindlustatus. Mehe ja naise kohustused perekonnas vastu. Põhijooni abielu tervishoiust. Rasestumisest hoidumine, abordi kahjulikkus. Laste planeerimine. Emotsionaalsete faktorite ja ühiste huvide osa harmoonilises perekonnas. Perekonna lagunemise põhjused. Terved eluviisid. Suitsetamise ja alkoholi kahjulikkus organismile. Alkohol ja noored. Vanemate alkoholismi mõju lastele. Alkoholismi mõju sugurakkudele ja nende kaudu järglastele. Alkoholismi põhjused. Suitsetamise põhjused. Suitsetamise kahjulikkus eriti graviidsele ja last toitvale emale.

Seksuaalkasvatus koolis.

Eesti NSV Haridusministeeriumi programm isikliku hügieeni alal kui seksuaalkasvatust suunav dokument. Ülevaade Eesti NSV-s teostatavast seksuaalkasvatusest ja noorte ettevalmistamisest perekonnaeluks. Seksuaalkasvatuse printsiibid. Seksuaalkasvatuse vormid ja meetodid. Filmid seksuaalkasvatusest, nende vaatamine ja analüüs, nende kasutamise meetodika. Õpetajate ja meditsiinilise personali koostöö. Töö lastevanematega seksuaalkasvatuse paremaks teostamiseks.

K o r d a m i s k ü s i m u s e d

1. Miks on vaja esinemiseks valmistuda?
2. Loengule esitatavad psühholoogilised nõuded.
3. Pedagoogilised nõuded loengule.
4. Milles seisneb loengu veenvus?
5. Milles seisneb aja ratsionaalne kasutamine loengus?
6. Milliseid nõudeid esitame loengu keelele?
7. Milliseid nõudeid arvestada loengu teema valikul?
8. Loengu teema ja eesmärk.
9. Kuidas koostada loengu esialgne plaan?
10. Mida arvestada loengu materjali korraldamisel, valikul ja läbitöötamisel?
11. Millised on loengu põhiosad, nõuded nendele?
12. Mida arvesse võtta loengu vormistamisel?
13. Kuidas korraldada nõupidamisi, koosolekuid?
14. Mis on raskestikasvatatavus?
15. Millised on raskestikasvatatavuse põhjused?
16. Millised puudused kasvatustöös võivad põhjustada raskestikasvatatavuse?
17. Millised muudatused ilmnevad raskestikasvatatavate psüühikas?
18. Milles seisneb raskestikasvatatavate ümberkasvatamine?
19. Kollektiivi mõiste.
20. Kollektiivi osa isiksuse kujunemises.
21. Kollektiivi tähtsus kehakultuurialases töös.
22. Sotsiaalsed tüübid laste- ja noortekollektiivis.
23. Kollektiivi tundmaõppimise meetodid.
24. Kollektiiv ja traditsioonid.
25. Kollektiiv kui kasvatuse objekt.
26. Perekonna osa tänapäevases nõukogude kasvatussüsteemis.
27. Milles seisneb perekonna eriline mõju kasvatuses.
28. Kooli ja kasvatajate töö lastevanematega.
29. Seksuaalkasvatuse eesmärk ja ülesanded.
30. Seksuaalkasvatust tingivad faktorid.
31. Seksuaalkasvatus sotsialistlikes ja kapitalistlikes riikides.

32. Moraalse kasvatus juhtiv osa seksuaalkasvatuses.
33. Seksuaalkasvatus eelkoolieas.
34. Seksuaalkasvatus nooremas koolieas.
35. Seksuaalkasvatus mürsikueas.
36. Seksuaalkasvatus vanemas koolieas.
37. Seksuaalkasvatuse vormid.
38. Seksuaalkasvatuse printsiibid.
39. Seksuaalkasvatuse meetodid.
40. Eesti NSV Haridusministeeriumi programm isikliku hügieeni alal kui seksuaalkasvatust suunav dokument.
41. Seksuaalkasvatusalaste filmide kasutamine.
42. Noorte ettevalmistamine abieluks.

SISUKORD

PEDAGOOGILISTE AINETE TSÜKKEL KEHAKULTUURI- TEADUSKONNAS	3
SISSEJUHATUS ERIALASSE	11
Eesmärk	11
Õppetöö korraldus	12
Õppeprogramm	13
Kirjandus	19
ÜLD- JA SPORDIPSÜHHOLOOGIA	20
Üldpsühholoogia õppeprogramm	22
A. Sissejuhatus psühholoogiasse	22
B. Isiksuse ja tegevuse psühholoogia ...	23
C. Isiksuse psüühiliste protsesside põhilised seaduspärasused	24
D. Isiksuse individuaalsed psühholoogili- sed eripärasused	28
F. Laste ealised psühholoogilised iseära- sused	30
Kontrolltööd	32
Arvestus	32
Kordamisküsimused	32
Kirjandus	39
Spordipsühholoogia õppeprogramm	40
Õppetöö korraldus V semestril	46
Eksam	46
Kordamisküsimused	46
Kirjandus	51

Õppetöö korraldus kaugüliõpilastele üld- ja spordipsühholoogias	53
Ülesandeid iseseisvaks tööks üldpsühho- loogias	54
Laboratoorsed tööd spordipsühholoogias .	57
PEDAGOOGIKA	61
Pedagoogika õppimise eesmärkidest	61
Õppetöö korraldus ja töömeetodid	62
Kohustuslik õppekirjandus	63
Pedagoogika programm	64
A. Pedagoogika ajalugu	65
B. Kasvatusteaduse üldised alused	71
C. Kasvatuse teooria	72
D. Didaktika	75
E. Koolikorralduse põhiküsimusi	77
Kordamisküsimused	78
KEHALISE KASVATUSE TEOORIA JA METOODIKA	81
Eesmärk	81
Kursuse ülesehitus	81
Programm	82
I. Kehalise kasvatuse teooria üldised alused	82
II. Ealine kehalise kasvatuse teooria ja metoodika	91
Kordamisküsimused	98
Kirjandus	100
KASVATUSTÖÖ METOODIKA SPORDIKOLLEKTIIVIS ...	101
Kirjandus	101
VALITUD KÜSIMUSED PEDAGOOGIKAST (30 TUNDI)..	102
Kordamisküsimused	106

ЦИКЛ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ДИСЦИПЛИН НА ФИЗИКУЛЬТУРНОМ
ФАКУЛЬТЕТЕ I. На эстонском языке. Тартуский го-
сударственный университет. ЭССР, г. Тарту, ул.
Юликооли, 18. Vastutav toimstaja S. Oja. Kor-
rektor L. Uba. Paljundamisel antud 21.XII 77.
Kirjutuspaber 30 x 42 /4. Trükipoognaid 6,25.
Tingtrükipoognaid 5,81. Arvestuspöognaid 5,28.
Trükiarv 500. TRÜ trükikoda, EESV, Tartu, Pal-
soni tn. 14. Tell. nr. 1623. Hind 20 kop.

20 kop.